

PÄIHTEITÄ KÄYTTÄVIEN NAISTEN KOKEMUKSIA SEURAKUNNAN JA
A-KILLAN YHTEISESTÄ NAISTENVERTAISTUKIRYHMÄSTÄ

Mari Lauronen

Opinnäytetyö, kevät 2015

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Diakoniatyön

suuntautumisvaihtoehto Sosionomi

(AMK) + kirkon diakoniatyöntekijän

virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Lauronen Mari. Päihteitä käyttävien naisten kokemuksia seurakunnan ja A-killan yhteisestä naistenvertaistukiryhmästä. Kevät 2015, 64 s., 5 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma Diakoniatyön suuntautumisvaihtoehto Sosionomi (AMK) + kirkon diakoniatyöntekijän virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tavoitteena oli kuvata vertaistuen ja hengellisyyden merkitystä ryhmässä käyvien naisten päihdeongelmaan sekä tuoda ilmi ryhmätoiminnan kehittämisen tarpeet. Opinnäytetyö oli laadullinen tutkimus, joka toteutettiin yhteistyössä Oulun seurakuntayhtymän diakonisten erityispalveluiden ja Oulun A-Kilta ry:n yhteisen Naistenryhmän kanssa. Naistenryhmä on päihteitä käyttäville naisille suunnattu avoin vertaistukiryhmä.

Opinnäytetyön aineisto koostui viiden Naistenryhmässä käyvän naisen haastattelusta. Haastattelut toteutettiin ryhmähaastatteluna, teemahaastattelu menetelmällä syksyllä 2014. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällön analyysillä. Saatujen tulosten mukaan ryhmämuotoinen vertaistuki tukee naisten toipumista merkittävästi. Ryhmän toiminnassa on myös kehitettävää ryhmäläisten toiveiden perusteella. Hengellisyydellä ja ryhmämuodolla on osalle naisista suuri merkitys ryhmässä käymiseen.

Asiasanat: kvalitatiivinen tutkimus, naisten alkoholinkäyttö, vertaistuki, seurakunnan päihdetyö, kolmas sektori

ABSTRACT

Lauronen Mari. Women drug users' experiences of a women's common peer group organized by the federation of parishes of Oulu and A-Kilta. Spring 2015, 64 pages., 5 appendices. Language: Finnish. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Program in Social Services, Option on welfare work. Degree: Bachelor of Social Services + Deacon.

This thesis was made as a qualitative research which was produced in co-operation with the federation of parishes of Oulu welfare work (Finland) and A-Kilta's common peer group of women. The peer group of women is an open group for women who abuse alcohol. The aim of the thesis was to describe the meaning of equal support and religiousness to women's alcohol abuse and disclose the improvement needs of the group.

The material was composed of five members of the peer group interview. The interview was a group interview which was executed in the autumn of 2014. The method of the interview was theme interview. The material was analyzed through inductive content analysis. By the results, the peer group has supported women's healing significantly. The pursuit of the peer group needs improvement. For some women religiousness and the form of the group has a considerable meaning.

Keywords: qualitative research, women's alcohol abuse, peer group, parishes welfare work for drug abusers, third sector.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 NAISERITYINEN PÄIHDETYÖ OSALLISUUDEN EDISTÄJÄNÄ	7
2.1 Naisten päihteiden käyttö	7
2.2 Nais erityinen päihdetyö ja vertaistuki	10
2.3 Aiemmat tutkimukset ja tärkeimmät tulokset	14
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	19
4 OPINNÄYTETYÖN KOHDERYHMÄ JA YHTEISTYÖKUMPPANIT	20
4.1 Naistenryhmä ja A-Kilta ry	20
4.2 Seurakunnan päihdetyö ja diakoniset erityispalvelut	22
5 AINEISTO JA AINEISTOLÄHTÖINEN SISÄLLÖN ANALYYSI	25
5.1 Teemahaastattelu	25
5.2 Ryhmähaastattelu	26
5.3 Aineistolähtöinen sisällön analyysi	27
6 TULOKSET	32
6.1 Vertaistuki toipumisen edistäjänä	32
6.2 Ryhmäläisten toiveet perustana toiminnan kehittämiseen	34
6.3 Hengellisyyden merkitys naistenryhmässä	36
7 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS	38
7.1 Luotettavuus	38
7.2 Eettisyys	41
8 POHDINTA	44
8.1 Tulosten vertailua aiempiin tutkimuksiin	44
8.2 Opinnäytetyöprosessin arviointi	47
9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA JATKOTUTKIMUSHAASTEET	50
LÄHTEET	52

LIITTEET	57
LIITE 1 Kirje ryhmäläisille	57
LIITE 2 Suostumus tutkimushaastatteluun osallistumisesta	58
LIITE 3 Teemahaastattelurunko	59
LIITE 4 Analyysirungot, Alaluokat, Yläluokat ja Pääluokat	61
LIITE 5 Analyysirunko Pääluokkien yhdistäminen Yhdistäviksi luokiksi	64

1 JOHDANTO

Naisten alkoholinkäyttö on Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuksen mukaan moninkertaistunut kuluneen neljän vuosikymmenen aikana. Viikoittain alkoholia käyttävien naisten osuus kaikista naisista on noin kolmasosa. Vuonna 2008 naisten osuus kaikesta kulutetusta alkoholista oli noin 26 prosenttia. (Mäkelä, Mustonen & Huhtanen 2008, 52.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kuvata Oulun seurakuntayhtymän diakonisten erityispalveluiden ja Oulun A-kilta ry:n yhteisessä päihteitä käyttäville naisille suunnatussa vertaistukiryhmässä käyvien naisten kokemuksia ryhmän toiminnasta. Opinnäytetyössä kuvataan, millaisia vaikutuksia ryhmäläiset kokevat vertaistuellalla ja hengellisyydellä olevan heidän päihdeongelmaansa. Tämän lisäksi tarkastellaan, onko ryhmän toiminnassa jotain kehitettävää ja uudistustarpeita.

Opinnäytetyön tavoitteet ja työelämälähtöinen tarve ryhmäläisten haastattelulle muodostuivat keskustellessani ryhmän toisen ohjaajan, erityisdiakoniatyöntekijän kanssa. Hän kertoi, että ryhmä on toiminut tällaisenaan 14 vuotta, eikä vastaavaa tutkimusta ole sinä aikana tehty (Diakoniatyöntekijä, päihdetyö, Oulun seurakuntayhtymä, henkilökohtainen tiedonanto 6.2.2014). Opinnäytetyön aineisto koostuu viiden naistenryhmässä käyvän naisen haastattelusta. Haastattelun toteutin ryhmähaastatteluna teemahaastattelun menetelmää hyödyntäen. Haastattelun tuloksena syntyi muun muassa ryhmäläisten toiveiden mukaisia kehitysideoita ryhmän toimintaan.

2 NAISERITYINEN PÄIHDETYÖ OSALLISUUDEN EDISTÄJÄNÄ

Naisten päihteiden käyttö on viimeaikaisten tutkimusten ja tilastojen perusteella muuttunut vuosikymmenten kuluessa. Tähän muutokseen ja päihteitä käyttävien naisten tarpeisiin on kehitetty nais erityistä päihdetyötä. Kuvaan seuraavaksi tarkemmin nais erityisen päihdetyön piirteitä, teemoja sekä käytettyjä menetelmiä. Aiempia tutkimuksia ja niiden tärkeimpiä tuloksia esitellessäni olen käyttänyt lähteinä naisten päihteiden käyttöön, nais erityiseen päihdetyöhön sekä vertaistukeen liittyviä tutkimuksia ja opinnäytetöitä. Tutkimusten tulokset osoittavat nais erityisen päihdetyön ja vertaistuen lisänneen naisten osallisuutta sekä päihteiden käytöstä toipumista.

2.1 Naisten päihteiden käyttö

Nykyään lähes kolmannes naisista juo yli suurkulutusrajan. Kahdessakymmenessä vuodessa naisten päihdekuolemat ovat nelinkertaistuneet. Tämä johtuu osittain yhteiskunnallisesta tasa-arvoistumisesta, minkä myötä tyttöjen ja naisten alkoholinkäyttö on moninkertaistunut. Esimerkiksi 1960-luvulla 39 prosenttia keski-ikäisistä naisista ei käyttänyt alkoholia, kun taas 2000-luvun alussa tämä luku oli vain 4 prosenttia. Myös muut yhteiskunnalliset seuraukset näkyvät monin tavoin. Esimerkiksi naisten Suomessa tekemien rikosten määrä on tasaisesti kasvussa ja rikoksiin liittyy yhä useammin päihteet. Lisääntynyt alkoholinkulutus näkyy myös lasten huostaanotoissa. (Kujasalo & Nykänen 2005, 19–21.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen alkoholitutkimuksessa tutkittiin suomalaisten alkoholinkäyttötottumuksia vuosina 1968–2008. Tutkimuksessa todettiin alkoholin viikoittaisen käytön lisääntyneen sekä miehillä että naisilla neljän vuosikymmenen aikana erittäin huomattavasti. Naisilla muutos on ollut vielä radikaalimpi, sillä heillä lähtötaso oli vuonna 1968 matalampi. Tuolloin

naisista alkoholia käytti vain kymmenesosa, kun nykyisin alkoholia käyttää viikoittain kolmasosa naisista. (Mäkelä, Mustonen & Huhtanen 2008, 45.)

Myös naisten ja miesten välinen alkoholin kulutuksen ero on kaventunut tutkimuksen mukaan merkittävästi. Vuonna 1968 naiset kuluttivat kaikesta juodusta alkoholista 12 prosenttia, miesten alkoholinkulutuksen ollessa naisiin verrattuna yli seitsemänkertaisesti enemmän. Vuonna 2008 vastaava kulutuksen määrä naisilla oli 26 prosenttia, jolloin miesten osuus on kolminkertainen naisiin verrattuna. (Mäkelä, Mustonen & Huhtanen 2008, 50.)

Naisten alkoholinkäytön moninkertaistuminen on merkittävä muutos sekä yhteiskunnallisesta että naisten yksilöllisestä näkökulmasta. Naisilla alkoholinkäyttökertojen useus on kasvanut vuoden 1968 noin 14 käyttökerrasta vuoteen 2008 mennessä 45 käyttökertaan vuodessa. Tämä tarkoittaa lähes viikoittaista käyttöä. Eniten alkoholia käyttävä ikäryhmä ovat 30–49-vuotiaat naiset. (Mäkelä, Mustonen & Huhtanen 2008, 52.)

Naisten alkoholinkäyttö painottuu miehiin nähden selkeästi loppuviikkoon. Tutkimuksen mukaan naisten kotiympäristössä nauttimat sekä pariskuntien juomiskerrat ovat kasvaneet viidenneksestä lähes puoleen kaikista juomiskerroista. Tavallista kuitenkin on, että alkoholinkäyttöä siirrytään jatkamaan toiseen paikkaan. Pariskuntakertojen osuus anniskelupaikkoihin sijoittuvista kerroista on kuitenkin laskenut vuoden 1968 neljäsosasta vuoden 2008 alle kymmeneen prosenttiin. (Mustonen, Metso & Mäkelä; Mustonen & Österberg 2008, 58, 72, 78.)

Alkoholinkäyttö on siis viime vuosina tullut kotiympäristöön ja perhepiiriin. Tätä selittävät naisten juomisen lisääntyminen sekä miesten alkoholinkäytön hyväksyminen kotiympäristössä ja pariskuntien kesken. Naiset ja miehet juovat samankaltaisissa tilanteissa ja samanlaisin motiivein. Eroja esiintyy kuitenkin siinä, kuinka naiset kuvaavat omaa alkoholinkäyttöään. Alkoholinkäyttö saa erilaisia merkityksiä seuran, puitteiden sekä toiminnan jälkikäteisarvioinnin mukaan. (Mustonen & Österberg; Maunu & Simonen 2008, 78, 89.)

Raittiiden naisten osuus väestöstä on enää 10 prosenttia. Esimerkiksi vuonna 1968 samainen luku oli 39 prosenttia. Alkoholinkäyttö ja humaltuminen on lisääntynyt vuosikymmenten aikana myös nuorempien naisten, potentiaalisten pienten lasten äitien keskuudessa. (Ahlström 2013, 70.)

Naisilla alkoholinkäytön haitat näkyvät nopeammin kuin miehillä. Tähän on syynä naisten keskimääräisesti miehiä pienempi ruumiinrakenne, jonka vuoksi alkoholi vaikuttaa kehossa voimakkaammin. Naiset ovat hoitoon hakeutuessaan usein huonokuntoisempia kuin miehet. Tätä puolestaan selittää naisten alkoholinkäyttöön liittyvä häpeä, syyllisyys, leimautumisen ja menettämisen pelko, mutta myös käytännön esteet, kuten lasten hoito sekä perheestä ja kodista huolehtiminen. (Lydén 2010, 7.)

Naisten alkoholinkäyttöä myös paheksutaan enemmän kuin miesten alkoholinkäyttöä, johtuen muun muassa äitiyden roolihahmosta. Tämän vuoksi alkoholinkäyttöä salaillaan ja avun piiriin hakeudutaan vasta tilanteen kärjistyttyä. Naiset hakeutuvat hoitoon mieluummin perusterveydenhuoltoon tai mielenterveyspalveluihin kuin päihdehuoltoon. Näin ollen naiset saavat usein kaksoisdiagnoosin, esimerkiksi masennuksesta tai ahdistuneisuudesta päihdeongelman ohella. (Karinniemi 2010; Lydén 2010, 7.)

Naisten päihdeongelmat nähdään usein ongelmienvyyhtinä, johon on kietoutunut niin perhe, ihmissuhteet, toimeentulo, asuminen, psyykkinen ja fyysinen terveys, väkivalta ja rikollisuus. Niiden voidaan nähdä olevan myös psykososiaalisia reaktioita traumaattisiin kokemuksiin, vaikeisiin sosiaalisiin ongelmiin sekä naisiin kohdistuviin kulttuurillisiin ja yhteiskunnallisiin odotuksiin. Niin sanotusta ongelmavyyhdistä on usein vaikeaa erottaa, mikä todellisuudessa on syy ja mikä puolestaan seuraus alkoholinkäytölle ja päihdeongelman syntymiselle. (Karttunen 2013, 230–231; Kotovirta & Österberg 2013, 84.)

Alkoholinkäytöstä aiheutuvat haitat voidaan jakaa yksittäisistä juomiskerroista aiheutuneisiin haittoihin sekä pitkään jatkuneesta juomisesta syntyneisiin haittoihin. Haittoihin sisältyy sekä terveydellisiä, että sosiaalisia haittoja.

Sosiaalisia haittoja voi aiheutua myös yksittäisillä alkoholinkäyttökerroilla, esimerkiksi väkivallalle altistuminen ja ihmissuhdeongelmat. Pitkään jatkuneen alkoholin käytön sosiaalisena haittana voidaan nähdä laaja-alainen huono-osaisuus ja syrjäytyminen. Siinä yhdistyvät usein työttömyys ja toimeentulo-ongelmat, yhteiskunnan ulkopuolelle jääminen sekä ongelmat elämänhallinnassa. Päihdeongelmien vuoksi syrjäytyneiden henkilöiden määrää on kuitenkin lähes mahdotonta määrittää, sillä myös raittiit henkilöt voivat syrjäytyä. (Kotovirta & Österberg 2013, 84–85.)

2.2 Nais erityinen päihdetyö ja vertaistuki

Päihdehoitotyötä on perinteisesti tehty miesten lähtökohdista katsoen. Näin rakentuneet hoitomallit ja -ohjelmat soveltuvat miesten tarpeisiin. Nais erityinen päihdetyön on ollut mielenkiinnon kohteena päihdeongelmia ja niiden hoitoa käsittelevissä tutkimuksissa pitkään. Suomessa onkin kehitetty naisille suunnattuja päihdepalveluita ja hoitomalleja. Aihepiiriä myös tutkitaan ja naisten tarpeista lähtevää päihdetyötä kehitetään edelleen jatkuvasti. (Karttunen 2013, 220.)

Kristillisten päihdejärjestöjen kattojärjestö, Sininauhaliitto, on tehnyt nais erityistä päihdetyötä jo pitkään. Nais erityinen päihdetyö ei ole yksittäinen työtapa tai menetelmä, vaan ennemminkin lähestymistapa. Nais erityisellä päihdetyöllä tarkoitetaan sukupuolen huomioon ottamista koko päihdetyön prosessissa. Tähän liittyen on otettava huomioon naisen asema yhteiskunnassa, päihdekulttuurin historiassa sekä päihteitä käyttävissä ryhmissä. (Karinniemi 2010; Lydén 2010, 7.)

Nais erityistä päihdetyötä tehdään muun muassa perustamalla ainoastaan naisille suunnattuja ryhmiä, naisten osastoja tai hoitoyksiköitä. Päihteitä käyttävillä naisilla on usein kokemuksia kaltoin kohtelusta ja alisteisesta asemasta. Sekaryhmissä naisten elämään ja kokemuksiin liittyvät kysymykset jäävät usein taka-alalle. Tämän vuoksi on merkityksellistä järjestää vain naisille

tarkoitettuja ryhmiä, joissa voidaan keskustella haavoittavista kokemuksista ja vaikeista tunteista turvallisessa ympäristössä. (Karinniemi 2010; Lydén 2010, 8.)

Sekaryhmistä tehdyissä tutkimuksissa on havaittu, että miehet hyötyvät niistä naisista enemmän. Naiset tuntevat sekaryhmissä itsensä usein kyvyttömiksi. Tämä johtuu usein naisten kielteisestä suhteesta itseensä, joka on syntynyt naisen vähättelyn seurauksena. Naisen tulee saada rauhassa käydä läpi alkoholinkäytöstä luopumisen vaiheet ja rakentaa myönteinen suhde itseensä. Tutkimukset ovat osoittaneet myös, että sukupuolisidonnaiset hoitomuodot mahdollistavat turvallisen ja miellyttävämmän ympäristön, mikä lisää hoidon tuloksellisuutta. Tämän vuoksi nainen tarvitsee ja hyötyy parhaiten naisten tarpeisiin kehitetyistä päihdehoidon tukimuodoista. (Palojärvi 2009, 11; Greenfield & Grella 2009, 881.)

Ryhmien ja osastojen ohella muita nais erityyppisen päihdetyönmuotoja ovat muun muassa tiedon jakaminen, lyhyt neuvonta, keskustelu ja tukeminen, lääkehoito sekä yksilö- ja perhetyö. Esimerkiksi perhetyössä naisen päihteiden käyttöön ja vanhemmuuteen liittyviä erityiskysymyksiä on syytä miettiä yhdessä miehen kanssa. Naisten kanssa tehtävässä päihdetyössä keskeisiä sisältöjä ovat muun muassa seksuaalisuus, väkivalta ja äitiys. Nais erityyppisessä päihdetyössä tulee kuitenkin ottaa huomioon, etteivät kaikki naiset ole puolisoita tai äitejä, vaikka nykyisessä päihdehuollot palvelut suuntautuvat hyvin pitkälti päihdeäitien hoitoon. Naisen tulee siis olla oikeutettu päihdepalveluihin vain oman itsensä vuoksi. (Lydén 2010, 7-9; Holmberg 2010, 91.)

Naisille suunnattujen päihdepalveluiden ohella on syytä tarjota myös lastenhoitoon, asumiseen ja kodinhoitoon, työhön valmentamiseen sekä mielenterveyteen ja lääkehoitoon liittyviä palveluita. Näiden liittäminen osaksi päihdehoitoa on tutkimusten mukaan parantanut hoidon tuloksia. (Greenfield & Grella 2009, 881.) Tutkimukset osoittavat myös terapiaryhmien vaikutuksen päihteiden käytöstä toipumisessa. Esimerkiksi suruun ja menetyksiin keskittyvissä ryhmissä, muun päihdekuntoutuksen ohella käyvät naiset sitoutuivat hoitoon pidempään ja tunsivat itsetuntonsa korkeammaksi kuin

naiset, jotka osallistuivat ainoastaan päihdekuntoutukseen. (Brady & Ashley 2005, 38–39.)

Naiserityisessä päihdetyössä on suotavaa, että naisten parissa työskentelevä on itsekin nainen. Miestyöntekijä voi herättää naisten traumaattiset kokemukset uudelleen elämään tai häneen voi kohdistua seksuaalista kiinnostusta. Ei kuitenkaan ole itsestään selvää, että samaa sukupuolta oleva työntekijä kykenee jakamaan samaa kokemusmaailmaa tai ymmärrystä. Hän voi näyttäytyä päihteitä käyttävälle, omasta mielestään elämässään epäonnistuneelle naiselle ”täydellistä” elämää elävänä onnistujana, jolla on kaikki mitä asiakas itselleen toivoisi. Tämä voi aiheuttaa negatiivisia tunteita ja kateutta työntekijää kohtaan, mikä hankaloittaa luottamussuhteen syntymistä. Naistyöntekijältä vaaditaan siis herkkyyttä ja empaattisuutta sekä taitoa antaa asiakkaalle hänen tarvitsemansa tila. Tämän myötä asiakas voi peilata omia näkemyksiään, sanoittaa omaa elämäänsä ja naiseuttaan vertaamalla itseään työntekijään. (Karttunen 2013, 226–229.)

Karttusen (2013) mukaan nais erityiseksi päihdetyöksi ei silti voi nimittää mitä tahansa naisten parissa tehtävää päihdetyötä, eikä riitä, että asiakkaat ja työntekijät ovat naisia. Hän tiivistää tutkimusten pohjalta nais erityisen päihdetyön kolme keskeisintä elementtiä. Keskeistä nais erityisessä päihdetyössä on sukupuolen ja naiseuden merkityksen ymmärtäminen, naisten palvelutarpeiden, päihdeongelman sekä niihin sitoutuvien psykososiaalisten ongelmien käsittäminen ja työn kohdentaminen sen mukaisesti. Naisten päihdehoidon ulottuvuuksia tulee jäsentää teorian ja menetelmien lähtökohdista katsoen. Nais erityisen päihdetyön keskeisimpinä tavoitteina voidaan nähdä sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen, osallisuuden edistäminen, elämänlaadun paraneminen ja sosiaalisten ongelmien lieventyminen sekä voimaantuminen. (Karttunen 2013, 221–222, 231.)

Vertaistuki on eräänlainen sosiaalisen tuen erityismuoto tai alakäsite. Vertaistukea toisilleen antavia yhdistää jokin haasteellinen elämäntilanne tai kriisi, jonka kautta henkilöt voivat tukea toisiaan. Vertaistukijat kuuluvat sosiaalisessa tukiverkostossa niin sanottuun kolmanteen sektoriin, eli henkilön

itsensä valitsemaan sosiaaliseen tukiverkostoon. Vertaistuki tapahtuu joko yksilöllisellä tasolla tai yhteisöllisesti. Yksilötasoinen vertaistuki tapahtuu kahden henkilön välillä, kun yhteisöllinen vertaistuki tapahtuu puolestaan ryhmässä. Vertaistukiryhmässä toimitaan yhteisten tavoitteiden mukaisesti ja sosiaalinen tuki on tällöin yleensä emotionaalista, informatiivista ja instrumentaalista tukea. (Jantunen 2010, 86–87.)

Vertaistukiryhmässä toisia auttava henkilö voi paremmin, kuin ainoastaan vertaistukea vastaanottava henkilö. Muiden auttamisesta on hyötyä myös auttajalle itselleen. Tätä kautta henkilön omanarvontunto vahvistuu ja hän tuntee itsensä tarpeelliseksi. Samalla hänen ymmärryksensä syvenee omaa elämäntilannettaan tai ongelmaansa kohtaan. Lisäksi henkilö saa fyysistä ja psyykkistä energiaa, joka auttaa jaksamaan paremmin. (Jantunen 2010, 87–88.)

Hyvin toimiva, vuorovaikutteinen ryhmä edellyttää ryhmäläisten tarvetta toimia yhdessä. Ryhmä antaa yksilölle mahdollisuuden saada palautetta ja osallistua toimintaan. Se toimii myös itsetuntemuksen peilinä ja vahvistajana. Naisten parissa työskentelevien työntekijöiden tulisi olla naisia, jotka ovat tietoisia naisten asemasta yhteiskunnassa, naishistoriasta sekä kykenevät jakamaan naisten kokemukset alisteisesta asemasta. Tämä edesauttaa tasavertaista asetelmaa työskentelyssä. (Palojärvi 2009, 18 & 21–24.)

Voimaantuminen (empowerment) koostuu osaprosesseista, joita ovat henkilön henkilökohtaiset tavoitteet, uskomukset, kyvykkyys ja tunteet. Se on henkilökohtainen, sosiaalisen ympäristön tukema prosessi, joka lähtee ihmisestä itsestään. Se ei kuitenkaan ole pysyvä tila, vaan vaihtelee ajasta ja toimintaympäristöstä riippuen. Erityisesti vertaistukiryhmissä ongelmien jakaminen on keskeinen voima. Voimaantuminen lisää ihmisen sitoutumista ryhmän toimintaan siinä määrin kuinka voimaantuneeksi henkilö itsensä tuntee. Ryhmän toiminnassa voimaantuminen näkyy yhteisen ongelman ja sosiaalisen muutoksen edistymisenä. (Palojärvi 2009, 21–23 & 54.)

2.3 Aiemmat tutkimukset ja tärkeimmät tulokset

Arja Siika (2011) tarkasteli pro gradu -tutkielmassaan päihteitä käyttävien naisten kokemuksia omasta päihteiden käytöstään. Alkoholinkäyttö sai naisissa aikaan henkistä tuskaa, fyysistä kipua ja tunteita omasta tarkoituksettomuudesta. Tämän lisäksi naiset tunsivat epätoivoisuutta, ahdistuneisuutta, yksinäisyyttä ja pelokkuutta. Alkoholinkäyttöön liittyi myös sairastumista ja pahoinpitelyä. Tutkimuksen mukaan naisille voimakkain oli kokemus häpeästä. Tämän ohella merkityksellisiä olivat juomiseen liittyvät kontrolloikeinot (sekä negatiiviset että positiiviset) sekä kokemukset selviytymisestä, taistelemisesta ja pärjäämisestä. (Siika 2011, 44.)

Tutkimukseen osallistuneet naiset kertoivat vahvasta häpeän tunteesta, joka sai yrittämään jopa itsemurhaa. Naiset kertoivat häpeän peittelemisestä ja alkoholinkäytön paljastumisen pelosta, jotka saivat naiset eristäytymään. Juomat haettiin muualta kuin lähikaupasta, itse juomistilanne salattiin ja jopa puhelin sammutettiin päihtymyksen ajaksi. Naiset selittivät juomishimoaan muun muassa hurmoksen, rentoutumisen ja vapautumisen kokemuksina sekä pakkojuomisena. Vapautumisen kokemus sai naiset tuntemaan itsensä tasa-arvoiseksi miesten kanssa ja alkoholi toimi välineenä rentoutumiseen ja sai keskustelun sujuvammaksi. (Siika 2011, 45–49.)

Palojärvi (2009) tutki naisten kokemuksia vertaistuesta sekä sen vaikutuksista omaan riippuvuuteen. Haastatteluissa naiset kertoivat tunteneensa helpotusta voidessaan jakaa omia vaikeuksiaan ryhmässä. Ahdistusta kuitenkin herätti omien tunteiden tutkiminen ja hyväksyminen. Lisäksi muun muassa toisen ryhmäläisen vaikeat tunnepurkaukset ja itkeminen saivat olon vaivaantuneeksi. (Palojärvi 2009, 54–55.)

Palojärven (2009) tutkimuksessa ryhmäläiset löysivät toisten ongelmanratkaisutavoista omaan elämään sovellettavia piirteitä. Tämän myötä naiset tunnistivat omia voimavarojaan ja heidän minäkuvansa ja itsetuntonsa kohentui. He tunsivat omat ongelmansa hyväksytyiksi, mikä vähensi häpeää ja

huonommuuden tunnetta sekä lisäsi naisten omaa elämänhallintaa. Oman merkityksellisyyden löytäminen sekä toipumisen kehityksen huomaaminen voimaannutti naisia. Vertaistuki vahvisti luottamusta ja vuorovaikutuksellisuutta. (Palojärvi 2009, 61, 69.)

Sininauhaliiton vuosina 2005–2008 toteuttama projekti Tukea KaikkiNaiselle, oli valtakunnallinen päihteidenkäytöstä kuntoutuvien naisten toipumisohjelmaa kehittävä hanke. Mukana hankkeessa olivat Sininauhaliiton jäsenjärjestöt sekä sidosryhminä kunnat ja seurakunnat. Hankkeen tavoitteena oli tarjota tukea päihteitä käyttävän naisen toipumiseen ja arjesta selviytymiseen. Hanke toteutettiin ryhmämuotoisena työskentelynä. Loppuraportissa on koottu yhteen naisten kokemuksia ryhmästä ja siellä keskustelluista teemoista. Naisten mielestä heidän päihdetoipumistaan tukivat parhaiten tunteiden tunnistamiseen ja käsittelyyn liittyvät teemat sekä elämänkaarityöskentely ja omien rajojen tunnistaminen lähisuhteissa teematyöskentely. Muita ryhmän aiheita olivat syyllisyyteen ja häpeään, rakkauteen sekä anteeksi antamiseen ja itsetuntoon liittyvät teemat. Myöskään näitä naiset eivät olisi jättäneet ryhmäohjelmasta pois. (Hiltunen & Kujala 2009, 5-6, 33.)

Tukea KaikkiNaiselle hankkeessa toteutetut ryhmäkokootumiset olivat tavanomaisesta päihteisiin suhtautumisesta poikkeavia ja asettivat niihin osallistuvat naiset kohtaamaan oman elämänsä vaikeudet. Toipumisprosessi nosti esiin lapsuuden kokemukset ja menneisyyden haavat. Prosessi oli osallistujille raskas, mikä ilmeni muun muassa kritiikin ja vastarinnan muodossa. Haavoittavien kokemusten kohtaaminen ja esiintuominen ryhmässä mahdollisti tilanteita, joissa naiset pystyivät kasvamaan henkisesti ja tulivat näkyväksi ilman hylätyksi tulemisen pelkoa. Joissakin ryhmäkokootumisissa oli mukana myös hengellisiä elementtejä. Useille naisille hengellisyydellä ja esimerkiksi rukouksella oli merkittävä rooli. Myös seurakunnan työntekijöiden ryhmässä pitämät hartaudet koettiin myönteisenä asiana. Sen sijaan joitakin hengelliset teemat ja aiheesta keskusteleminen ahdisti, eivätkä he kokeneet saavansa siitä apua. (Hiltunen & Kujala 2009, 44–49.)

Naiserityistä päihdetyötä kehitetään seurakunnissa ja järjestöissä ympäri Suomen. Myös seurakunta ja A-Kilta toimivat yhteistyössä myös muualla Suomessa. Tämä käy ilmi Kirkon päihdestrategian jalkauttamiseksi perustetun Jalkautuva-hankkeen loppuraportista. Jalkautuva-hankkeessa Sininauhaliiton tavoitteeksi ja tehtäväksi asetettiin kerätä ja levittää päihdetyön hyviä käytäntöjä valtakunnallisesti. Hyvien käytäntöjen kerääminen suoritettiin ensin etsimällä potentiaalisia päihdetyötä tekeviä työntekijöitä eri seurakunnista. Haastateltaviksi valikoitui seurakuntien työntekijöitä pääkaupunkiseudun lisäksi Rovaniemeltä ja Pieksämäeltä. Näiden myötä kirkon päihdetyön hyviksi käytännöiksi valikoitui viisi toimintamallia. Yksi näistä toimintamalleista on Naiseutta tukeva päihdetyö osa Vantaan seurakuntien päihdestrategiaa. (Laapio 2010, 1-3.)

Vantaan seurakuntien päihdestrategiassa keskiössä ovat kokonaisvaltainen kohtaaminen, hengellinen tuki ja ohjaus, seurakuntien sisäinen yhteistyö sekä alueellinen verkostotyö. Verkostotyö on Vantaan seurakunnissa toteutunut yhteistyössä Vantaan päihdehuollon sekä A-Killan kanssa. Yhteistyön muotoina ovat olleet yksilö- ja yhteisökeskeiset toimintamuodot. (Laapio 2010, 9.)

Vantaan seurakuntayhtymässä on havahduttu siihen, että päihdetyötä on tehty pitkään niin sanotusti miesten ehdoilla. Naiskeskeisen päihdetyön tarpeeseen on ryhdytty aktiivisesti kehittämään naisille sopivia päihdetyönmuotoja. Näitä ovat muun muassa naisille tarkoitettut viikonloppuretket ja leirit, jonka yhteydessä toimitetaan messu. Näiden viikonloppujen tarkoituksena on mahdollistaa päihdekuntoutuvaa naista hemmottelemaan itseään, ja tuottamaan itselleen mielihyvää, päästäen irti päihteiden käyttöön liittyvästä häpeästä ja löytäen uudelleen oman arvontuntonsa. (Laapio 2010, 9.)

Vantaan seurakuntayhtymässä järjestetään myös päihteitä käyttäville naisille suunnattua vertaistuellista ryhmää. Ryhmässä keskitytään ongelmakeskeisyyden sijaan naiseuteen ja naisen elämään liittyviin asioihin ja teemoihin. Päihdeongelman sijaan ryhmässä käsitellään naisena olemista ja kasvamista. Vantaan seurakunnan järjestämässä naistenryhmässä on huomattu se, kuinka erityisesti päihteitä käyttäville naisille on tärkeää päästä

jakamaan vaikeita kokemuksiaan toisten naisten kesken, sukupuolisidonnaisesti. Naisten ei tarvitse sekaryhmiin verrattuna keskittyä miehen huomion tavoitteluun ja seuran saamiseen. Päihteitä käyttävälle naiselle on haaste päästä irti perinteisestä roolijaosta tai miehen ”omaisuutena” olemisesta. Naistenryhmä mahdollistaa naisen itsenäisen toipumisprosessin ja naiseksi kasvamisen, mikä on nais erityisessä päihdetyössä keskeistä. Toipumisprosessissa edistyminen on huomattu näkyvän myös ulospäin, esimerkiksi ryhdin parantumisenä, ulkonäöstä ja vaatetuksesta huolehtimisena sekä sielunhoidollisten keskusteluiden tarpeena. (Vantaan seurakunnat i.a.; Laapio 2010, 10.)

Karttusen (2013) mukaan naiset ovat alttiita ajautumaan seksi-, tai seurustelusuhteisiin sellaisissa päihdehoitoympäristöissä, joissa on sekä miehiä, että naisia. Naisten oman päihdeongelman käsitteleminen jää sivuun, kun huomio keskittyy miehen kanssa suhteen luomiseen, tai jopa hänen hoivaamiseen ja auttamiseen. (Karttunen 2013, 226.) Naisten ryhmien ja sekaryhmien vaikuttavuuden eroja ja naisten kokemuksia on tutkittu myös kansainvälisesti. Sekaryhmissä on havaittu esiintyvän muun muassa puutteellista empatiaa sekä seksuaalisia jännitteitä. naiset tunsivat tulevansa tuomituiksi ja heidän täytyi käyttäytyä kohteliaasti. Ainoastaan naisten keskeisessä ryhmässä esiintyi puolestaan muun muassa toisten tukemista, avoimuutta, rehellisyyttä, turvallisuutta ja intiimiyttä. (Greenfield, Cummings, Kuper, Wigderon, Koro-Ljungberg 2013, 774–777.)

Naisten päihteiden käytöstä ja vertaistuen merkityksestä on tehty myös opinnäytetyö Diakonia-ammattikorkeakoulun Pieksämäen yksikössä vuonna 2012 (Utriainen & Harjula 2012). Siinä haastateltiin seurakunnan päihdeleirille osallistuneita naisia, jotka käyvät päihdekuntoutujille tarkoitetussa vertaistukiryhmässä (tai useammassa). Haastatteluista selvisi, että samanlaiset kokemukset yhdistivät naisia ja vertaistuki eheytti ja toi elämään jatkuvuutta. Tämä näkyi muun muassa ihmissuhteiden korjaantumisena ja uusina harrastuksina. (Harjula & Utriainen 2012, 41–42.)

Utriainen ja Harjula (2012) kertovat opinnäyteyden tuloksissaan myös, ettei vertaistuki aina toiminut toivotulla tavalla. Ennakko odotuksesta poiketen haastattelijoille selvisi, ettei nainen välttämättä ole toiselle naiselle paras vertaistuki. Eri elämäntilanteet ja henkilökemiat vaikuttivat ryhmässä. Naisten kesken ryhmässä esiintyi haastattelujen perusteella jopa kilpailua ja luottamuksen puutetta. (Harjula & Utriainen 2012, 41–42.)

Toinen vertaistuen merkitykseen syventynyt opinnäytetyö on tehty Laurea-ammattikorkeakoulussa, Hyvinkään yksikössä vuonna 2013 (Hartikka 2013). Opinnäytetyössä on tutkittu mielenterveyskuntoutujien kokemuksia vertaistuesta päivätoimintakeskuksessa. Haastatteluista selvisi haastateltavien kokevan vertaistuen sosiaalisesti tueksi, joka välittää toisen hyväksyntää. Kannustamisella ja kehumisella autettiin toista eteenpäin ja saatiin myös itselle hyvä mieli. Haastateltavat kokivat vertaisensa tasa-arvoisiksi ja pienikin kanssakäyminen oli merkittävää. (Hartikka 2013, 38.)

Yksi merkittävä tutkimustulos vertaistukea käsitelleessä opinnäytetyössä (Hartikka 2013), oli kokemus vertaistuen saamisesta eri tilanteissa. Haastateltavat kertoivat saavansa hyvin paljon vertaistukea epävirallisessa keskustelussa toistensa kanssa. He eivät kaivanneet välttämättä järjestettyjä tapahtumia tai ryhmiä. (Hartikka 2013, 38.)

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämä opinnäytetyö on laadullinen ja tutkimuskysymykset ovat tämän vuoksi määritelty kysymysmuotoon. Opinnäytetyön tutkimustehtävänä on kuvata:

1. Kuinka naistenryhmästä saatu vertaistuki vaikuttaa ryhmässä käyvien naisten päihdeongelmaan?
2. Millaisia kehitystarpeita ryhmäläiset näkevät naistenryhmän toiminnassa?
3. Millainen rooli hengellisyydellä on ryhmän toiminnassa ja naisten omakohtaisessa toipumisessa?

Opinnäytetyön tavoitteena on kuvata vertaistuen ja hengellisyyden merkitystä ryhmässä käyvien naisten päihdeongelmaan sekä tuoda ilmi ryhmätoiminnan kehittämisen tarpeet. Opinnäytetyössä tarkastellaan naisten kokemuksia siitä, millaisia vaikutuksia he kokevat vertaistuellä ja hengellisyydellä olevan heidän päihdeongelmaansa. Lisäksi paneudutaan siihen, onko ryhmän toiminnassa jotain kehitettävää tai uudistustarpeita. Tämän ohella tarkastellaan myös, onko ryhmämuodolla (avoinryhmä, suunnattu ainoastaan naisille) naisten mielestä merkitystä.

Työelämälähtöinen tarve opinnäytetyölle ja ryhmäläisten haastattelulle muodostuivat keskustellessani ryhmän toisen ohjaajan, diakoniatyöntekijän kanssa. Naistenryhmästä ei ole aikaisemmin tehty vastaavanlaista tutkimusta, eikä ryhmäläisten kokemuksia tai toiveita ole tutkittu. Naistenryhmän kokoontumispaikka on myös vastikään muuttunut, mikä lisää tämän opinnäytetyön tarvetta ja ryhmäläisten haastattelun ajankohtaisuutta. (Diakoniatyöntekijä, päihdetyö, Oulun seurakuntayhtymä, henkilökohtainen tiedonanto 6.2.2014.)

4 OPINNÄYTETYÖN KOHDERYHMÄ JA YHTEISTYÖKUMPPANIT

Opinnäytetyöni yhteistyökumppaneina toimivat Oulun seurakuntayhtymän diakoniset erityispalvelut sekä Oulun A-Kilta ry. Päihteitä käyttäville naisille suunnattu vertaistukiryhmä, naistenryhmä, on seurakunnan päihde- ja kriminaaliväkiväkiväntekijän ja A-killan toiminnanohjaajan perustama ryhmä. Molemmat heistä ovat naisia ja ohjaavat ryhmää edelleen kahdestaan. Naistenryhmä on perustettu noin 14 vuotta sitten ja tuolloin vastaavaa, ainoastaan naisille tarkoitettua päihdeongelmaistenryhmää ei ollut. (Toiminnanohjaaja A-killalta, henkilökohtainen tiedonanto 29.10.2014.)

4.1 Naistenryhmä ja A-Kilta ry

Tämän opinnäytetyön kohteena olevan naistenryhmän tarkoituksena on yhdessä oleminen ja ajatusten jakaminen sekä saada vertaistukea toisilta päihdeongelmaisilta naisilta. Tavoitteena ryhmän kokoontumisissa on syrjäytymisen ehkäisy, ystävystyminen vertaisten kanssa sekä päihteettömyyteen kannustaminen. Edellytyksenä ryhmään osallistumiselle ovat päihdeongelma ja raittiina oleminen kokoontumiseen tultaessa. (Diakoniatyöntekijä, päihde- ja kriminaaliväkiväntekijä, Oulun seurakuntayhtymä, henkilökohtainen tiedonanto 28.10.2014.)

Ryhmän kokoontumisia ei varsinaisesti suunnitella etukäteen, vaan ryhmässä pääasiassa keskustellaan vapaasta aiheesta. Ryhmä tekee myös retkiä sekä osallistuu keväisin päihderyhmien yhteiselle leirille. Ryhmässä tehdään myös joulun alla jouluaskartelua ja vietetään pikkujoulua. Ryhmässä käy vierailijoina esimerkiksi pappi tai kanttori. Vierailijoita käy noin neljä kertaa vuodessa. (Diakoniatyöntekijä, päihde- ja kriminaaliväkiväntekijä, Oulun seurakuntayhtymä, henkilökohtainen tiedonanto 28.10.2014.)

Ryhmän kokoontuminen jaetaan kevät- ja syyskauteen. Ilmoitukset ryhmän kokoontumisesta löytyvät Oulun seurakuntayhtymän diakonisten erityispalveluiden esitteestä sekä Rauhan tervehdys- lehdestä. Naistenryhmä on avoin, minkä vuoksi kävijämäärä on hyvin vaihteleva. Sitoutumista ryhmään on vaikeaa määrittää, jotkut käyvät hyvin säännöllisesti, osa harvoin. Kokoontumiskerroilla kävijöitä on kahdesta yli kymmeneen. (Diakoniatyöntekijä, päihde- ja kriminaalityö, Oulun seurakuntayhtymä, henkilökohtainen tiedonanto 28.10.2014.)

Seurakunnan puolelta hengellisyyttä ryhmään tuo muun muassa seurakunnan työntekijöiden vierailut sekä virsien laulaminen silloin tällöin. A-killan toiminnan arvot näkyvät puolestaan päihteettömyytenä, toiminnallisuutena, kokemuksellisuutena, yhteistoimintana ja yhteisöllisyytenä sekä vapaaehtoisuutena. (Diakoniatyöntekijä, päihde- ja kriminaalityö, Oulun seurakuntayhtymä, henkilökohtainen tiedonanto 28.10.2014; Toiminnanohjaaja A-killalta, henkilökohtainen tiedonanto 29.10.2014.)

Suomessa A-Kilta on AA:n (Nimettömät alkoholistit) jälkeen suurin, päihteiden käyttäjille suunnatun vertaistuen antamiseen painottunut toimija. A-Killan erot Nimettömiin alkoholisteihin ovat lähinnä toiminnan organisointiin ja ohjelmallisuuteen liittyviä. A-Killassa painottuvat ryhmätoiminnot ja toimintaa ohjaavat koulutuksen saaneet jäsenet. (Kuusisto 2009, 38–39.)

Oulun A-killta ry on rekisteröity paikallisyhdistys ja osa valtakunnallista A-killtojen liittoa. A-killta on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton. A-killan arvoihin kuuluvat päihteettömyys, vapaaehtoisuus, kokemuksellisuus, yhteisöllisyys ja yhteistoiminta. A-killan toiminta on päihteetöntä ja perustuu vapaaehtoisuuteen. Toiminnan tavoitteena on päihdeongelmista vapaa elämäntapa ja elämän laadun parantaminen, mitä tuetaan kaikin tavoin. Jokainen saa itse määritellä omat tavoitteensa suhteessa päihteiden käyttöön ja olla mukana toiminnassa omasta halustaan. (Oulun A-Kilta ry 2011.)

A-killan arvoissa korostetaan myös kokemuksellisuutta ja henkilöiden omia kokemuksia sekä niiden jakamista luottamuksellisesti. Toiminnassa

mahdollistetaan vapaaehtoistoiminta ja toisten samansuuntaisia kokemuksia omaavien kohtaaminen (hallitsematon päihteiden käyttö ja siitä toipuminen). Kohtaamisessa korostetaan myös vertaistukea, joka on kokemusten vaihtoa, ymmärrystä ja rohkaisemista. Parhaimmillaan A-killasta muodostuu sosiaalinen yhteisö, jossa henkilö voi tuntea yhteenkuuluvuutta, turvallisuutta ja vapautta. (Oulun A-Kilta ry 2011.)

4.2 Seurakunnan päihdetyö ja diakoniset erityispalvelut

Kristillisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen on luotu Jumalan kuvaksi ja hän on saanut tämän myötä lahjaksi arvon ja Jumalan pelastavan rakkauden. Koska ihmisarvo on lahja, se on olemassa ihmisen suorituksista tai asemasta riippumatta ja tuo arvo on kaikilla sama. Tämä muodostaa perustan kristilliselle päihdetyölle. (Kirkkohallitus 2005, 4, 6.)

Kristinuskon keskeisenä pyrkimyksenä on kohdata ihmiset henkilökohtaisella tasolla ja vastata ihmisen hätään. Tämä kohdistuu erityisesti ihmisiin, jotka ovat joutuneet marginaaliseen asemaan yhteiskunnassamme. Kirkon päihdetyöksi voidaan katsoa kaikki seurakunta toiminta, sillä kirkko auttaa ihmisiä arjessa selviytymisessä ja tukee vastuullista käyttäytymistä sekä terveitä elämäntapoja. Tarkoituksena on auttaa ihmisiä elämän mielekkyyden löytämisessä ja vapauttaa syyllisyyden taakasta. Armon ja toivon näkökulmaa pidetään yllä kaikissa olosuhteissa ja tätä kautta ihminen tulee tietoiseksi omista voimavaroistaan, vastuistaan ja mahdollisuuksistaan. Seurakunnan päihdetyön ytimessä on salliva ja armollinen seurakuntayhteisö, jossa jokaisella on oikeus kuulua yhteisöön. (Kirkkohallitus 2005, 4, 6.)

Kirkon tekemä päihdetyö on hyvin laaja-alaista ja tavoittaa kaikki elämän alueet. Seuraavaksi esittelen muutamia esimerkkejä kirkon päihdetyön muodoista. Seurakunnan lapsi- ja nuorisotyö toteuttaa työssä ennaltaehkäisevää päihdetyötä ja varhaista puuttumista. Erityisnuorisotyö tavoittaa nuoria etsivän ja korjaavan päihdetyön menetelmillä. Kirkon

perheasiainneuvottelukeskuksissa ja ennaltaehkäisevässä aviopari- ja perhetyössä alkoholiongelmat ovat esillä yhä enemmän. Kirkolla on päihdetyön muotoina myös laajasti avohuollon palveluita, kuten esimerkiksi diakoniatyöntekijöiden vastaanotot, erilaiset ryhmät, retket ja leirit, katulähetystoiminta sekä päiväkeskukset. Kirkko tekee kristillistä päihdetyötä myös ulkomailla, Kirkon Ulkomaanavun kautta. Etenkin Karjalan ja Pietarin alueella tehdään paljon ennaltaehkäisevää ja korjaavaa päihdetyötä. (Kirkkohallitus 2005, 10–12.)

Kirkkohallitus määritti vuonna 2005 Kirkon päihdestrategiset linjaukset. Siinä ehkäisevää päihdetyötä ei määritetä kuuluvaksi ainoastaan tietylle ammattiryhmälle seurakunnan työntekijöistä. Päihdetyön katsotaan läpäisevän kaiken kirkon toiminnan ja kuuluu tämän myötä kaikille työaloille, mahdollisuuksien mukaan. (Kirkkohallitus 2005, 4.)

Kirkon päihdestrategisissa linjauksissa kirkon päihdetyön tavoitteiksi määritellään viisi tavoitetta: 1. Kirkon kaikki työalat pyrkivät toiminnallaan ehkäisemään päihdehaittoja, 2. Työntekijät tunnistavat ja kykenevät ottamaan puheeksi päihdeongelman, 3. Seurakunnat tukevat vanhempia ja isovanhempia sekä muita kasvattajia lasten ja nuorten päihdekasvatuksessa sekä perheitä, jotka kärsivät pahasta päihdeongelmasta, 4. Seurakunnat kiinnittävät erityistä huomiota yhteisöllisyyden tuomiin mahdollisuuksiin ja haasteisiin eri toiminnoissaan sekä 5. Kirkko vaikuttaa päihdepolitiikkaan päihdehaittojen vähentämiseksi. (Kirkkohallitus 2005, 15–16.)

Kirkon päihdestrategiaa on myös jalkautettu seurakuntiin vuosina 2008–2010 Jalkautuva-hankkeen muodossa. Hankkeen hallinnoijana toimivat Kirkkopalvelut ry Tyynelän Kehittämiskeskus ja kumppaneina Diakonia-ammattikorkea koulu ja Sininauhaliitto ry. Hankkeen keskeisenä tavoitteena oli tukea kirkon päihdestrategian jalkautumista sekä käynnistää päihdetyötä kehittäviä prosesseja seurakuntien ja järjestöjen toiminnassa. Hanke on tuottanut käyttökelpoisia välineitä ja toimintamalleja kirkon ja järjestöjen päihdetyöhön. (Sulko, Laapio, Sainio 2010, 3-4, 11–12.)

Diakoniset erityispalvelut palvelevat Oulun seurakunnissa näkö- ja kuulo- ja kehitysvammaisia, erityisissä vaikeuksissa olevia ja ikääntyneitä, päihde- ja kriminaaliryöstöön asiakkaita sekä heidän läheisiään. Diakonisten erityispalveluiden vastuulla on myös vapaaehtoistoiminnan koordinointi ja Palvelevan puhelimen organisointi yhdessä perheneuvontapalveluiden kanssa. (Oulun evankelisluterilaiset seurakunnat i.a.a.)

Työntekijät kohtaavat ihmisiä kotikäynneillä ja vastaanotoilla, mihin voi tarpeen mukaan liittyä ohjausta, neuvontaa, taloudellisen tuen antamista, sielunhoitoa ja rukousta. Tämän lisäksi järjestetään monipuolista ryhmätoimintaa, esimerkiksi retkiä ja leirejä. Päihde- ja kriminaaliryöstötyöntekijät tekevät myös vankilavierailuita. Erityisdiakonian virassa työskentelevällä on erityisosaamista juuri kohdennetulle työalueelleen. Työtä tehdään yhteistyössä kaikkien Oulun seurakuntien sekä eri työalojen yhteistyökumppanien kanssa. (Oulun evankelisluterilaiset seurakunnat i.a.a.)

Yksi erityisdiakonian aloista on päihdetyö, jonka yksi muoto naistenryhmä on. Päihdetyöntekijät kulkevat päihdeongelmaisen rinnalla tukien häntä raittiuteen ja toimien puolestapuhujana hänen asioissaan sekä ohjaavat hänet tarvittaessa soveltuvimman avun piiriin. Myös päihdeongelmaisen läheisten arjessa jaksamista tuetaan muun muassa ryhmäkokoonantumisten muodossa. Asiakkuus ei edellytä kirkon jäsenyyttä. (Oulun evankelisluterilaiset seurakunnat i.a.b.)

Päihdetyö tarjoaa päihdeongelmaisille tarkoitettuja erilaisia vertaistukiryhmiä, kuten tavoiteryhmä, Raamattupiiri, kuntosaliryhmä sekä tässä opinnäytetyössä käsiteltävä naistenryhmä. Ryhmien tarkoituksena on mahdollistaa vertaiskeskustelu sekä vahvistaa sosiaalisia verkostoja. Tämän lisäksi järjestetään retkiä ja leirejä. Kaikki toiminta on luottamuksellista, maksutonta ja avointa. Työntekijät tekevät tiivistä yhteistyötä myös kaupungin päihdehuollon kanssa ja vierailevat sen eri laitoksissa. Tapaamisissa keskustellaan toiminnasta ja pidetään hartauksia. (Oulun evankelisluterilaiset seurakunnat i.a.b.)

5 AINEISTO JA AINEISTOLÄHTÖINEN SISÄLLÖN ANALYYSI

Saadakseni tietoa naistenryhmän toiminnasta ja naisten kokemuksista saamastaan vertaistuesta, haastattelin viittä naistenryhmässä käyvää naista. Haastattelut toteutin teemahaastattelun menetelmällä ja haastattelin ryhmäläisiä ryhmähaastatteluna. Haastattelukysymysten teemoina olivat vertaistuen ja hengellisyyden vaikutus naisten päihdeongelmaan sekä toiveet ja kehitys-ideat ryhmän toiminnalle. Kävin vierailemassa naistenryhmässä kaksi kertaa, keväällä ja alkusyksystä. Molemmilla kerroilla esittelin tulevaa opinnäytetyötäni kertoen sen tarkoituksen, käytettävät menetelmät ja aikataulutuksen. Lisäksi jaoin ryhmäläiselle saatekirjeitä (Liite 1) sekä rohkaisin heitä tulemaan haastatteluun. Tässä apunani toimivat ryhmän ohjaajat.

5.1 Teemahaastattelu

Teemahaastattelussa keskustellaan nimensä mukaan haastattelijan ennalta määrittelemistä teemoista. Tämä haastattelumenetelmä on puolistrukturoitu, mikä tarkoittaa sitä, että teema-alueet ja haastattelun aiheet ovat tiedossa. Ne toimivat ohjaavina otsikoina vapaamuotoiselle keskustelulle. Teemahaastattelua toteuttaessa ei ole tarkoitus vuorotella kysymyksillä ja vastauksilla vaan luoda keskustelua. Haastattelutilanteessa haastattelijalla huolehtii siitä, että jokainen teema keskustellaan jokaisen haastateltavan kanssa. (Eskola 2007, 33, 39; Hirsjärvi, Hurme 2008, 47–48.)

Haastatteluni teemat muodostuivat johdonmukaisesti opinnäytetyön tutkimuskysymysten pohjalta. Hengellisyyden merkityksen tarkastelu sekä sen näkyminen ryhmässä liittyi mukaan luontevasti, sillä seurakunta on toinen ryhmän järjestäjätahoista. Haastatteluteemojen vahvistuttua laadin kysymykset, joiden avulla haastattelutilanteessa saisin mahdollisimman monipuolisesti kokemuksia ja ajatuksia jokaisesta aihe-alueesta.

Teoksessa Teemahaastattelu (Hirsjärvi, Hurme 2008) esitellään selkeästi teemahaastattelun etuja lomakehaastatteluun verrattuna, kun kyseessä on pieni haastateltavien joukko. Henkilöt voivat olla kyllästyneitä lomakkeiden täyttöön ja lomakehaastatteluun vastaamisesta on helpompi kieltäytyä. Haastattelu soveltuu lomaketta paremmin, kun aiheet ovat emotionaalisia ja intiimejä ja kun halutaan selvittää asioita, joista haastateltava ei ole tottunut keskustelemaan päivittäin. Lisäksi haastattelu on vuorovaikutteisempaa ja molemminpuolinen täsmentäminen ja asian varmistaminen on mahdollista. Haastateltavaa voidaan myös paremmin motivoida vastaamiseen. (Hirsjärvi, Hurme 2008, 35–36.)

Kyseiset edut vaikuttivat myös päätökseeni valita haastattelumenetelmäksi teemahaastattelu, sillä uskoin sen teorian valossa soveltuvan kohderyhmälle parhaiten. Omasta päihdeongelmasta puhuminen voi olla haastateltaville hyvin herkkä aihe alue, josta tuntemattomalle haastattelijalle ei mielellään avaudu. Haastattelutilanteessa tunteet vaihtelivatkin laidasta laitaan, välillä naiset kuivailivat kyyneleitään, puivat nyrkkiä tai nauroivat. Teemahaastattelun valitsemiseen vaikutti myös oma kiinnostukseni, sillä katsoin haastattelijana toimimisen kehittävän itseäni ammatillisesti enemmän kuin lomakehaastattelun tekeminen.

5.2 Ryhmähaastattelu

Ryhmähaastattelua käytettäessä pyritään selvittämään jonkin ihmisryhmän mielipiteitä ja asenteita tiettyä ilmiötä tai asiaa kohtaan. Haastattelijalla on merkittävä rooli ryhmähaastattelun toimivuudessa. Parhaassa tapauksessa haastattelijalla voi omalla toiminnallaan luoda avointa ja luottamuksellista ilmapiiriä, jossa osallistujat uskaltavat kertoa todelliset mielipiteensä. Haastattelijan tulee kuitenkin pidättäytyä ohjailemasta haastateltavien mielipiteitä joko sanallisesti tai sanattomalla viestinnällä. (Valtonen 2005, 226.)

Toisaalta vaarana on myös se, että haastateltavat kokevat aiheen liian henkilökohtaiseksi ja arkaluontoiseksi, eikä keskustelua synny. Myös muut

ryhmäläiset voivat sanattomalla viestinnällään luoda torjuvaa ilmapiiriä. Ryhmäläiset voivat hakea hyväksyntää ja tukeutua myös haastattelijan viesteihin; hyminään, nyökkäilyyn ja katsekontakteihin. Ryhmässä on usein puheliaampia henkilöitä, jotka dominoivat keskustelua. Tällaisessa tapauksessa haastattelijan rooli tulee olla aktiivinen keskustelun eteenpäin viemiseksi, jotta kaikkien ääni tulisi kuuluviin. (Valtonen 2005, 235–236.)

Itse haastattelutilanteessa vapaamuotoista keskustelua syntyi jonkin verran, vaikka haastateltavat olivat selvästi hieman jännittyneitä uudenlaisesta tilanteesta. Tilanteessa korostui ajoittain myös vahvasti haastattelijan rooli keskustelun eteenpäin viemiseksi. Keskustelu ajautui välillä kauaksi ohi teeman tai kysytyn kysymyksen, mikä sai aikaan hermostuneisuutta ja kyllästymistä osassa haastateltavista. Tällöin haastattelijana palautin haastateltavat alkuperäiseen teemaan tehden lisäkysymyksiä tai jakamalla puheenvuoroja seuraavalle haastateltavalle.

Haastattelijana huolehdin siitä, että jokainen naisista pääsi vastaamaan jokaiseen aihealueeseen ja kysymykseen. Annoin heille myös aikaa miettiä vastauksiaan ja sopivan tilanteen tullen rohkaisin ja kannustin heitä kertomaan todellisia mielipiteitään ja ajatuksiaan. Haastattelutilanteessa ryhmäläiset saivat tukea ja kannustusta myös toisiltaan mielipiteiden ja kokemusten kertomiseen. Haastattelutilanteessa syntyneessä keskustelussa naisten jakamat kokemukset aikaansaivat haastattelutilanteeseen hetkittäin hyvin vertaistukimaisia piirteitä.

Parhaimmillaan ryhmäkeskustelu voi vahvistaa haastateltavien ryhmän ”me”-henkeä, mikä edesauttaa kokemusten jakamista vertaisten kanssa. Ryhmän vuorovaikutteisuus, monipuoliset kommentit, näkökulmat ja huomiot voivat parhaimmillaan luoda uusia innovaatioita ja kehitysideoita. (Valtonen 2005, 226–227.) Tämä toteutui toivotulla tavalla ryhmähaastattelutilanteessa. Kehittämisteemasta keskustellessamme ryhmäläiset saivat ”ahaa-elämyksiä” toisten ideoista. Näin uuden ideoinnista syntyi hedelmällinen keskustelu, joka sai aikaan monia uusia kehittämisideoita.

5.3 Aineistolähtöinen sisällön analyysi

Naistenryhmän ryhmäläisten haastattelu nauhoitettiin ääninauhurilla. Haastattelu kesti 73 minuuttia. Litteroitua aineistoa kertyi yhteensä 13 ja puoli A4-sivua. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä aineistoa käsitellään vaiheittain. Sisällön analyysin tarkoituksena on muodostaa selkeä, sanallinen kuvaus tutkitusta ilmiöstä. Koottu haastatteluaineisto järjestetään selkeään ja tiiviiseen muotoon, korostaen ja tuoden näkyviin sen informatiivisuus. Analyysin avulla aineistoon saadaan selkeyttä, mikä edesauttaa luotettavien johtopäätöksiä tekemisessä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108.)

Ryhdyin käsittelemään aineistoa sisällönanalyysin mukaisesti. Ensiksi kuuntelin haastatteluaineiston nauhuritallenteen läpi, minkä jälkeen litteroin haastattelun samana ja seuraavana päivänä haastattelusta, jolloin tekstiin oli mahdollista kirjata myös muistissa olleet sanattoman viestinnän ilmeet ja eleet sekä herkistymiset ja äänen korotukset. Litteroinnin yhteydessä kertosin mielessäni haastattelutilannetta ja luin aineiston useamman kerran läpi.

Tämän jälkeen ryhdyin pelkistämään aineistoa etsien pelkistettyjä ilmauksia. Aineiston pelkistämällä tarkoitetaan aineiston pilkkomista osiin ja korostamalla alkuperäisestä aineistosta tutkimustehtävän kannalta olennaiset ilmaukset (Tuomi & Sarajärvi 2009, 109). Kokosin alkuperäisilmaukset allekkain ja muodostin näistä pelkistettyjä ilmauksia. Näitä haastatteluaineistosta syntyi yhteensä 57 kappaletta. Taulukossa 1 on nähtävillä kaksi esimerkkiä alkuperäisilmausten pelkistämisestä.

Taulukko 1. Esimerkkejä aineiston pelkistämisestä

Alkuperäiset ilmaukset	Pelkistetyt ilmaukset
"Tuttavat on puhuneet, että käyvät täällä ryhmässä ja oon niitten myötä tullu tänne."	Ryhmään löytäminen tuttavien kautta
"Mää koen, että mulla on niin paha tämä ongelma, että mää tarviin vertaistukea."	Omaehtainen tarve tulla mukaan ryhmään

Seuraavaksi etsin pelkistetyistä ilmauksista niissä esiintyviä eroja ja samankaltaisuuksia. Tämä tarkoittaa pelkistettyjen ilmausten ryhmittelemistä muodostaen niistä alaluokkia, joiden avulla aineisto tiivistyy (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110). Alaluokkia aineistosta muodostui yhteensä 29 kappaletta. Taulukossa 2 on esitettyä esimerkki alaluokkien muodostamisesta.

Taulukko 2. Esimerkki alaluokkien muodostamisesta

Pelkistetyt ilmaukset	Alaluokka
Ryhmän kokoontumisajankohta ja säännöllisyys sopiva	Ryhmään liittyvät käytännön järjestelyt mahdollistavat ryhmään osallistumisen: Maksuttomuus, sopiva ajankohta
Ryhmän maksuttomuus mahdollistaa osallistumisen	

Analyysin edetessä alaluokat yhdistetään yläluokiksi (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110–112). Näitä yläluokkia muodostui yhteensä 14 kappaletta. Jatkoin luokkien yhdistämistä edelleen. Yhdistämällä yläluokat saadaan aikaan pääluokkia, minkä avulla saadaan selkeästi esille aineiston oleellisin sisältö. Luokkien yhdistämisen avulla luodaan teoreettisia, sisällön kokoavia käsitteitä (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110–112). Pääluokkia muodostui kahdeksan kappaletta. Taulukko 4 näyttää esimerkin pääluokkien muodostamisesta.

Taulukko 4. Yläluokkien yhdistäminen pääluokiksi

Yläluokka	Pääluokka
Muutoksen tielle lähteminen	Ryhmä tukee päihteettömyyttä ja normaalia arkea
Ryhmässä käymisestä sisältöä elämään	
Kokonaisvaltainen voimaantuminen	

Analyysi jatkui yhdistämällä pääluokat yhdistäviksi luokiksi. Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä vastaavia yhdistäviä luokkia muodostui yhteensä kolme. Taulukossa 5 on esitetty esimerkki pääluokkien yhdistämisestä yhdistäviksi luokiksi. Analyysin eri vaiheista kootut analyysirungot ovat tämän opinnäytetyön lopussa, Liitteet 4 ja 5.

Taulukko 5. Pääluokkien yhdistäminen yhdistäviksi luokiksi

Pääluokka	Yhdistävä luokka
Alkoholinkäytön lopettaminen vaikeaa yksin	Vertaistuki toipumisen edistäjänä
Ryhmä tukee päihteettömyyttä ja normaalia arkea	

6 TULOKSET

Teemahaastattelun menetelmällä koottu ryhmähaastatteluaineisto muodostui viiden naistenryhmässä käyvän naisen haastattelusta. Aineistolähtöisen sisällön analyysin tuloksena syntyi kolme yhdistävää luokkaa, jotka kuvaavat aineiston keskeisintä sisältöä. Yhdistävät luokat ovat vertaistuki toipumisen edistäjänä, ryhmäläisten toiveet perustana toiminnan kehittämiseen ja hengellisyyden merkitys naistenryhmässä. Nämä kolme aineistosta tiivistettyä pääkohtaa esittelen tässä luvussa laajemmin.

6.1 Vertaistuki toipumisen edistäjänä

Haastattelemani naistenryhmän naiset kertoivat avoimesti omasta päihdeongelmastaan sekä siitä eroon pääsyn vaikeudesta. Naiset kuvasivat ongelman olevan pitkäaikainen ja vakava. He kertoivat omasta halustaan toipua ja tarpeestaan vertaistukeen. Toipumisen tielle lähteminen ei heistä yhdellekään ole ollut helppoa ja he kuvasivat avoimesti omia repsahduksiaan ja ”rähmälleen lentämisiä”.

Semmonen tuli kerta kaikkiaan että ei minusta oo enää mihinkään ja kun mullakaan ei oo ketään tuttuja täällä että minä yksin oon, uimarannalle vaan menin kaljakassin kanssa ja siellä istuin. Mutta nyt mulla tavallaan aukesi se ja minä kävin siellä A-killassa ja menin vaan sinne haravoimaan hirveässä krapulassa ja minä sanoin että en yhtään kaljaa enää ota. Ja sieltä sitten tämä alko ja oon ajatellu että en millään enää haluais siihen takasin.

Naiset kuvasivat myös, kuinka toipuminen ei kuitenkaan ole helppoa. Haastateltavat kertoivat, kuinka kotona odottava viinapullo on ”ainoa ystävä”, sukulaistenkin käännettyä selkänsä. Päihdeongelman aikaansaamat tunteet, masentuneisuus ja yksinäisyys, ovat ajoittain saaneet harkitsemaan jopa itsemurhaa. Vaikeaan elämäntilanteeseen naiset kertoivat saaneensa helpotusta vertaistuesta ja uskosta parempaan.

Kyllä se tämä ryhmä selventää ja selkiyttää sitä ajattelemista eteenpäin ja antaa toivoa, että tästä pikkuhiljaa mennään.

Naiset kuvasivat ryhmää vahvasti toivoa antavana ja ajatuksia selkiyttävänä. Toisten päihdeongelmaisten tapaaminen antaa tukea siihen, ettei ongelman kanssa ole yksin. Naiset kokivat myös yksinäisyytensä lieventyneen, sillä ryhmän vertaisista saa ystäviä, joiden kanssa voi tavata ryhmän ulkopuolellakin.

Minulle sanottiin, että ei voi koskaan tietää kummalla olokapäällä se viinanpiru on ja kun se tulee, se sieppaa! Ja sitte ei muuta kun sinne alko-liikkeeseen vaan! Mutta oon onneksi päässy siitä.

Mutta tämä on tämä ryhmä tuntunu minulle semmoselle joka antaa niinkun voimaa, että jaksaa päivästä toiseen.

Naiset kokivat ryhmän olevan tasavertainen, hyväksyvä ja avoin. He kuvasivat tilanteita, joissa heidän ei ole tarvinnut hävetä tai selitellä esimerkiksi omia mustelmiaan, vaan ryhmään on voinut tulla sellaisenaan ja toiset ovat osoittaneet ymmärrystä.

Kyllä se auttaa pysymään raittiina, ei tarvi miettiä, kehtaako täällä puhua näistä asioista, vaan kyllä kehtaa ja jättää ne sitten tänne. Ja saa semmosta helpotusta tänne sisälle ja pystyy taas normaaleja asioita ajattelemaan ja toimimaan.

Naiset kertoivat elämänlaatunsa paranemisesta hyvin monella osa-alueella vertaistuen ansiosta. He nimittivät tätä kokonaisvaltaiseksi voimaantumiseksi. Haastateltavat kokivat ryhmän antavan sisältöä elämään ja esimerkiksi kevät- ja syysretkille osallistumisen mielekkyyttä korostettiin.

Ja mää koen että kun tällä ryhmällä on suuri merkitys siihen että mää oon raittiina nyt tässä.

6.2 Ryhmäläisten toiveet perustana toiminnan kehittämiseen

Osa haastattelemistani naisista kertoi olleensa ryhmässä mukana sen perustamisesta saakka. He kertoivat ryhmään osallistumisen olevan säännöllistä – toki vaihtelevat elämätilanteet ovat ajoittain vaikeuttaneet ryhmään pääsemistä. Vastikään tapahtunut kokoontumispaikan vaihtuminen on heidän mukaansa myös hajottanut ryhmää. Pitkään mukana olleet kertoivat kuitenkin tuntevansa ryhmän kotoisaksi.

Säännöllisesti kävin alussa ja tämä on ollut minulle hirviän tärkeä, oikea henkireikä, minulla ei muuta ollutkaan koko tässä kaupungissa. Minulla ei varmaan ollut yhtään ystäviä, eikä sen semmosta. Väillä olin opiskelemassa ja silloin pidin taukoa, mutta aina minä tulen tänne ryhmään.

Haastateltavat kertoivat löytäneensä mukaan ryhmään kolmella tavalla. Osa haastateltavista oli kuullut ryhmästä jo ryhmässä käyviltä tuttaviltaan, ryhmää ohjaavalta diakoniatyöntekijältä, tai A-Killan toiminnan kautta. Ryhmään sitoutumista lisäävinä tekijöinä naiset listasivat muun muassa ryhmän tuttuuden, osallistumisen maksuttomuuden sekä sopivan ajankohdan ja säännöllisyyden. Haastateltavat pitivät hyvänä, että ryhmä kokoontuu samana ajankohtana viikoittain.

Haastatteluun osallistuneista naisista pari kertoi olleensa ryhmässä mukana vasta muutaman kuukauden. He pystyivät helpommin muistelemaan ja kertomaan omista ennakko-odotuksistaan ryhmää kohtaan. Haastateltavat kertoivat yksimielisesti odottaneensa enemmän keskustelua alkoholiongelmasta, mutta totesivat ryhmässä puhuttavat pääasiassa kaikesta muusta.

Minä ootin sitä, että täällä ois enempi nikö puhuttu tästä alkoholiongelmasta, josta juurikaan ei ole niinkun mainintaa ollut tässä ryhmässä.

Kysyin haastateltavilta myös heidän toiveitaan ryhmän kehittämisestä. Kehittämisideoita ja toiveita oli, joskin naiset esittivät niitä hieman varovaisen oloisesti. Naiset toivoivat enemmän suunniteltua sisältö kokoontumiskerroille sekä etukäteen ilmoitettuja teemoja, mitä seuraavalla kerralla on luvassa. He kuitenkin lisäsivät, että suunniteltua ohjelmaa ei tarvitsisi olla joka kerta, ja toivoivat myös vapaata keskustelua.

No minusta ois ihan hyvä jos ois jonkinlaista toimintaa ja joskus ois kiva jos joku kävisi puhumassa tai luennoimassa liittyen tähän ongelmaan..

Teemat ja suunniteltu ohjelma olisi hyvä, mutta ei joka kerralle, että välillä myös vapaata keskustelua.

Haastateltavien toiveena oli myös naiseuteen liittyvää sekä omaa hyvinvointia ja hyvää oloa kohottavaa toimintaa. Tästä esimerkkeinä naiset mainitsivat jumppaamista tai kauneudenhoitoa. Lisäksi toiveena oli kirjallisuuteen tai kulttuuriin liittyviä teemoja.

Jonkinlaista toimintaa, tulisi joku kerta vaikka jumppari näyttämään venytysliikkeitä, tai sitten kauneudenhoitoa, kun tässä ryhmässä on vaan naisia niin semmosta naiseuteen liittyvää toimintaa. Semmosta niku oman hyvän olon tunnetta kasvattaa.. Ja semmosia liikkumisen mahdollisuuksia ja infoa.

Koska naistenryhmän toinen järjestäjätaho on seurakunta, naiset odottivat myös, että hengellisyys olisi näkynyt ryhmän toiminnassa ja ohjelmassa enemmän. Osa haastateltavista toivoi myös tätä puolta lisää ja ehdotuksina tuli muun muassa alkuhartauden pitämistä, virsien laulamista tai papin vierailuja ryhmässä. Lisäksi ryhmäläiset toivoivat enemmän tietoa seurakunnan toiminnoista ja ehdottivat myös tutustumiskäyntejä eri toimipisteisiin tai tilaisuuksiin.

6.3 Hengellisyiden merkitys naistenryhmässä

Hengellisyiden merkitys sekä naistenryhmän ryhmämuoto (suunnattu ainoastaan naisille, avoin ryhmä) jakoivat haastateltavien mielipiteet. Osa toivoi hengellisyiden näkyvän ryhmän toiminnassa nykyistä enemmän. Haastateltavista useat kertoivat tiedon siitä, että ryhmän toinen järjestäjätaho on seurakunta, luovan turvallisuuden tunnetta. He kokivat ryhmän olevan nimenomaan seurakunnan ryhmä, minkä vuoksi haluavat siihen osallistua.

Ei se sillalailla näy, mutta tuo turvallisuutta kun tietää että tämä on seurakunnan ryhmä. – Myötäilyä toisilta.

Osa naisista kertoi hengellisyiden vaikuttaneen vahvasti omaan toipumiseensa. Naiset kuvasivat päihdeongelmasta toipumisen olevan niin raskasta, etteivät usko, että olisivat selvinneet siitä yksin, ilman uskoa. Näin ollen he antoivat hengellisyidelle suuren merkityksen omassa toipumisprosessissaan.

Hengellisyidellä on isokin rooli, kyllä mä uskon että joku korkeampi joka tuolla on, en tiijä sitte onko se Taivaan Isä Jumala, että kyllä se varmaan joku tarkoitus on minunkin kohalle. Se on nyt johtanu tuolta minua kovalla käjellä, mutta anto kuitenkin mahdollisuuden vielä nousta.. En minä siihen varmaan yksin ois pystynyt, että jotenkin minä uskon että siinä täytyy joku korkeampi olla joka antaa sitä voimaa tänne päähän, sitä omaa tahtoa.

Osalle haastateltavista hengellisyidellä ei ollut vaikutusta tai painoarvoa päihdeongelmasta toipumisessa. Heille pääasia oli toisten päihdeongelman kanssa elävien naisten tapaaminen ja vertaistuki. Myöskään järjestäjätahoilla ei ollut merkitystä.

No mulle sillä ei oo mittään merkitystä. Pääasia että on joku ryhmä mihin voi mennä. Sillä ei oo väliä, että tämä on seurakunnan ja A-killan.

Myös ryhmämuoto oli asia, joka jakoi haastateltavien mielipiteitä. Osalle naisista oli ehdottoman tärkeää, että tämä ryhmä on suunnattu ainoastaan naisille ja on avoin. Toisille puolestaan sillä ei ollut merkitystä, olisiko ryhmässä mukana

myös miehiä. Osa naisista kertoi olleensa mukana myös sekamuotoisessa ryhmässä, jossa on sekä miehiä että naisia, mutta olivat havainneet, ettei se sopinut heille itselleen. Naisten mukaan sekaryhmässä esiintyy lieveilmiönä naisten heikon tilan hyväksikäyttöä miesten taholta. Naiset kokivat olleensa sekaryhmässä muutoinkin heikommassa asemassa kuin miehet. He kuvasivat epämiellyttävinä myös tilanteet, joissa he olivat ryhmässä ainoana naisena.

Haastateltavat kertoivat myös, että naistenryhmässä asioista voi puhua avoimemmin. He kokivat keskustelun olevan vapaampaa sekaryhmään verrattuna. Yksinomaan naisten yhdessä olo lisää tasavertaisuutta, eikä ryhmässä tarvitse haastateltavien mukaan esittää muuta kuin on.

Se että saa jakaa omia ajatuksia semmosten ihmisten kanssa, joilla on samoja kokemuksia niin mun mielestä ne ymmärtää paremmin eikä tarvi niin kauheasti selitellä ja sitten taas ei tarvi esittää jotain muuta kun mikä oikeasti on.

7 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

Tutkimuksen eettisyyden ja luotettavuuden takaa parhaiten hyvän tieteellisen käytännön noudattaminen. Tutkimuseettinen neuvottelukunta ohjeistaa hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluvan tiedeyhteisön tunnustamien toimintatapojen noudattaminen, kuten rehellisyys, huolellisuus, tarkkuus tutkimusta tehdessä sekä sen tulosten arvioinnissa, esittämisessä ja tallentamisessa. Tutkimusta tehdessä tulee soveltaa eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä sekä toimia avoimesti tuloksia julkaistessa. Tutkimus tulee suunnitella ja raportoida yksityiskohtaisesti tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten mukaisesti. Myös toisten tutkijoiden saavutuksia tulee kunnioittaa ja antaa niille ansaittu merkitys. Tutkimuksen kohderyhmän asema, oikeudet, osuus sekä vastuut ja velvollisuudet tulee selvittää ennen tutkimuksen aloittamista. Myös rahoitukseen liittyvät seikat sekä henkilöstö- ja taloushallintoon kuuluvat asiat tulee ottaa huomioon. (Kuula 2011, 34–35.)

7.1 Luotettavuus

Tämän opinnäytetyön luotettavuuteen on kiinnitetty huomiota prosessin jokaisessa vaiheessa. Suunnitteluvaiheessa suunnittelin opinnäytetyötä naistenryhmää ohjaavan diakoniatyöntekijän kanssa. Tutkimusluvat tämän opinnäytetyön tekemiseen antoivat Oulun seurakuntayhtymän diakonisista erityispalveluista vastaava kirkkoherra sekä Oulun A-Kilta ry.

Kävin myös henkilökohtaisesti tutustumassa ryhmään kaksi kertaa, keväällä ja syksyllä. Tapasin jo tuolloin haastatteluun osallistuneita naisia sekä tiedotin ja keskustelin heidän kanssaan tulevasta opinnäytetyöstä. Tiedottaminen tapahtui saatekirjeen avulla (Liite 1) sekä vastailemalla naisten kysymyksiin.

Haastattelutilanteessa selvitetään haastateltavan antamien vastausten luottamuksellisuus, mikä tässä opinnäytetyössä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että

haastatteluun otetaan ainoastaan kyseiseen naistenryhmään kuuluvia henkilöitä. Haastattelutilanteessa huomioidaan myös tilanteen ja kysymysten vaikutukset haastateltavaan. (Hirsjärvi, Hurme 2008, 20.) Tämän vuoksi keräsin haastattelun alussa ryhmäläisiltä suostumuslomakkeet haastatteluun osallistumisesta (Liite 2). Allekirjoitetut lomakkeet laitoin heidän läsnä ollessaan suljettuun kirjekuoreen. Lisäksi kerroin haastateltaville mahdollisuudesta keskeyttää haastattelu heidän niin halutessaan.

Haastattelu nauhoitettiin ääninauhurilla. Kerroin haastateltaville nauhoituksen käynnistämisestä ja sammuttamisesta, mutta asetin sen tarkoituksella sivumpaan, ettei se kiinnittäisi liikaa huomiota. Tämä onnistui hyvin, sillä haastattelun lopuksi naiset kertoivat, että unohtivat nauhurin läsnäolon täysin haastattelutilanteessa. Haastattelun aikana pitäydyin etukäteen laatimassani teemahaastattelurungossa (Liite 3). Olin miettinyt myös kysymykset valmiiksi ja kysyin niistä jokaisen vuorollaan antaen kaikille haastateltaville puheenvuoron. Haastattelijana pidättäydyin kommentoimasta tai kyseenalaistamasta haastateltavien vastauksia, mutta tunteiden noustessa pintaan osoitin myötätuntoa ja kunnioitusta herkkää tilannetta kohtaan.

Ennen naistenryhmän jäsenten haastattelemista pohdin sitä, saisinko naisilta todenmukaisia vastauksia ryhmän toimivuuteen ja kehittämiseen liittyen. Tiesin osan haastateltavista käyneen ryhmässä jo vuosia, joten uuden ideoiminen ja epäkohtien esiin nostaminen voisi olla heille kiusallista. Tämän vuoksi korostin ennen haastattelutilannetta ja sen alussa haastattelun luottamuksellisuutta sekä sitä, ettei sillä ole vaikutusta naistenryhmään osallistumisessa jatkossa. Haastateltavat kannustivat myös toinen toistaan kertomaan ajatuksiaan ja ideoivat uutta yhdessä. Rohkaisun aikaansaama haastattelutilanteen tunnelma olikin hyvin avoin ja kannustava.

Haastateltavien erilaisuus lisäsi vastausten luotettavuutta. Haastateltavat olivat hyvin eri vaiheissa toipumistaan ja osa oli käynyt ryhmässä pidempään, kun joku oli vasta aloittanut ryhmässä käymisen. Näin ollen osa heistä muisti paremmin, millaisia etukäteisodotuksia ryhmään osallistumiseen liittyi, ja osa pystyi kertomaan laajemmin vertaistuen vaikutuksista omaan toipumiseensa.

Haastatteluiden purkamisessa eli litteroinnissa huomioin luottamuksellisuuden siten, että kirjoitin haastatteluaineiston sana sanalta haastateltavien sanoja tarkasti noudattaen. Etenin samassa järjestyksessä kuin itse haastattelutilanteessa ja litterointi tapahtui kahden päivän sisällä haastattelusta. Litteroinnin jälkeen hävitin nauhoitetun aineiston. Tämän jälkeen ryhdyin anonymisoimaan aineistoa. Laadullisen tutkimuksen aineiston anonymisoinnissa haastateltavien nimet sekä muut erisnimet, kuten koulujen ja työpaikkojen nimet sekä kaupunkien ja asuinalueiden nimet poistetaan tai muutetaan. Taustatiedot luokitellaan kategorioihin ja arkaluontoiset tiedot joko poistetaan tai muokataan. (Kuula 2011, 21.) Ryhdyin siis muokkaamaan ja ryhmittelemään järjestyksessä etenevää, sanasta sanaan litteroitua alkuperäisaineistoa, jolloin yksittäisten haastateltavien vastaukset eivät enää olleet eroteltavissa.

Aineiston kunnioittaminen korostui myös analyysivaiheessa, kun luokittelin aineiston alkuperäisilmaisista lähtien sen sisältöä kunnioittaen. Aineistolähtöinen sisällön analyysi oli mielestäni hyvä valinta analyysitavaksi, sillä sen avulla pystyin nostamaan aineiston keskeisimmän sisällön selkeästi esiin. Laadin jokaisesta analyysivaiheesta esimerkit tekstin lomaan, jonka avulla lukija saa käsityksen analyysin loogisesta etenemisestä. Myös analyysirungot ovat tämän opinnäytetyön liitteenä (Liitteet 4 ja 5), josta ne ovat arvioitavissa ja tarkastettavissa.

Tulosten raportoinnissa liitin myös runsaasti alkuperäisilmaisuja tekstin lomaan. Myös tämä lisää tulosten esittämisen luotettavuutta sekä osoittaa, mistä alkuperäisilmaisusta tekstissä kulloinkin kerrotaan. Tekstissä oli myös mahdollista alkuperäisilmaisuja lisäksi kuvata haastattelutilanteen tunnelmaa ja esiinnousseita tunteita, sillä kirjasin näitä litterointivaiheessa aineistoon. Tulokset olen esittänyt sellaisenaan tuoden esiin rehellisesti myös naisten kertomat pettymykset ennakko-odotusten suhteen.

Opinnäytetyöhön tarvitaan aina myös teoreettista sisältöä muista lähteistä ja teoksista. Olen tässä opinnäytetyössä käyttänyt lähteinäni muun muassa sosiaali- ja terveysalan ammattijulkaisuja, väitöskirjaa, pro gradu -tutkielmaa ja

samaa aihepiiriä käsitteleviä opinnäytetöitä. Olen avannut tärkeimmät käsitteet aiheittani koskien väärinymmärrysten välttämiseksi. Luotettavuutta lisätäkseni olen myös verrannut saamiani tuloksia muihin vastaaviin tutkimuksiin vertaistukeen ja naisten kanssa tehtävään päihdetyöhön liittyen. Lähteiden luotettavuus näkyy valmiissa opinnäytetyössä muun muassa uusien ja luotettavien julkaisujen käyttämisenä lähteinä.

Tutkimusta tehdessä tulee toimia avoimesti, eikä saatuja tuloksia saa salata esimerkiksi yhteistyökumppaneilta. Julkaisemisen myötä sitä voivat hyödyntää aiheesta kiinnostuneet tahot ja jatkotutkimukset ovat mahdollisia. Julkaiseminen mahdollistaa myös laadunvalvonnan, kritiikin ja kehittämisen. (Mäkinen 2006, 121.) Työ tallennetaan ja julkaistaan keväällä 2015 Theseus-opinnäytetyötietokannassa. Tutkimuslupahakemus vaiheessa yhteistyökumppanien kanssa on sovittu, että opinnäytetyö toimitetaan heille sen valmistuttua. Valmis opinnäytetyö käydään myös esittelemässä naistenryhmässä.

7.2 Eettisyys

Eettinen pohdinta alkaa jo itse tutkimusaiheen valinnasta. Aihetta pohtiessa tulee miettiä, onko aihe tutkimisen, eli opinnäytetyön arvoinen? Yhtenä näkökulmana tämän pohtimiseen voidaan nähdä vaikuttavuuden tarkasteleminen. Lisäksi tulee miettiä, kuinka sen tulokset vaikuttavat ja kuka opinnäytetyöstä hyötyy. (Clarkeburn & Mustajoki 2007, 53-54.) Tämän opinnäytetyön tavoitteena on kuvata vertaistuen ja hengellisyyden merkitystä ryhmässä käyvien naisten päihdeongelmaan sekä tuoda ilmi ryhmätoiminnan kehittämisen tarpeet. Naistenryhmästä ei ole aikaisemmin tehty vastaavanlaista tutkimusta, eikä ryhmäläisten kokemuksia tai toiveita ole tutkittu (Henkilökohtainen tiedonanto. Diakoniatyöntekijä, päihde- ja kriminaalityö, Oulun seurakuntayhtymä. 2014).

Tutkimuksen tavoitteet ovat konkreettiset ja tulevan hyödyn kannalta oleelliset. Tästä opinnäytetyöstä hyötyvät naistenryhmän jäsenet sekä sen järjestäjätahot. Myös opinnäytetyön ajankohtaisuus ja tarpeellisuus ovat selkeästi nähtävissä. Opinnäytetyö on edennyt suunnitelman mukaisesti ja sovitusti kaikkien prosessiin osallistuneiden osapuolten kanssa yhteistyössä.

Ihmistä tutkittaessa erityisen tärkeiksi eettisiksi periaatteiksi korostuvat ihmisen itsemääräämisoikeus, vahingoittumattomuus sekä yksityisyyden kunnioittaminen. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että henkilöt saavat itse vapaaehtoisesti päättää, osallistuvatko tutkimukseen. Heidän tulee päätöksensä tueksi saada riittävästi tietoa tutkimuksen käytännön toteuttamisesta sekä sen tarkoituksesta ja tulevasta käytöstä. Yksityisyyden kunnioittamiseen puolestaan kuuluvat luottamuksellisuus, lupauten pitäminen aineiston käytöstä sekä tietosuoja. (Kuula 2011, 60–64.)

Panostin naistenryhmän huomioimiseen prosessin jokaisessa vaiheessa. Kohtasin naiset vierailemalla ryhmässä ja kerroin opinnäytetyöstä avoimesti sekä korostin haastatteluiden luottamuksellisuutta. Tämä näkyy muun muassa naisille jakamassani saatekirjeessä (Liite 2): ”Jokainen haastateltava esiintyy nauhoituksessa ja valmiissa opinnäytetyössä nimettömänä. Haastateltavan henkilöllisyys ei tule ilmi missään vaiheessa, eivätkä henkilöt ole vastaustensa perusteella tunnistettavissa opinnäytetyöstä. Haastatteluaineistoa käsitellään luottamuksellisesti ja käytetään ainoastaan opinnäytetyössäni.”

Varmistin haastatteluun osallistujien ymmärtäneen opinnäytetyön tarkoituksen sekä sen, että osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja haastattelun voisi keskeyttää niin halutessaan. Haastattelutilanteessa pyrin luomaan mahdollisimman luontevan ja turvallisen ilmapiirin, jossa naiset voisivat keskustella avoimesti. Mahdollistin puheenvuoron jokaiselle haastateltavalle vuorollaan, kannustin heitä ja osoitin empatiaa. Empatiasta huolimatta pitäydyin haastattelijan roolissa, ohjailematta tai suosimatta haastateltavien vastauksia.

Aineiston analysoinnissa eettisyys koskee puolestaan sitä, kuinka tarkasti ja kriittisesti haastateltujen lauseita tulkitaan (Hirsjärvi, Hurme 2008, 20).

Laadullisen tutkimuksen sisällön analyysissä tulkinta on osittain välttämätöntä, kun aineistoa pelkistetään ja yhdistellään eri luokiksi. Analyysin kaikissa vaiheissa alkuperäisaineistoa on kuitenkin kunnioitettu merkityksiä vääristämättä.

Tulosten esittelyssä eettisesti tärkeää on, etteivät haastateltavat ole tunnistettavissa valmiista työstä. Tämän vuoksi anonymisoin jo haastatteluaineiston sekä ryhmittelin sitä analyysin edetessä. Olennaista on myös pohtia ja ymmärtää, millaisia vaikutuksia haastateltavan tunnistamisesta valmiista työstä haastateltavalle olisi. Tutkijan tulee myös turvata tutkittavan fyysinen, henkinen, sosiaalinen sekä taloudellinen vahingoittumattomuus. Henkiseen vahingoittumattomuuteen liittyy tutkittavan kunnioittaminen vuorovaikutustilanteessa. (Kuula 2011, 214, 62–63.)

Tästä opinnäytetyöstä tunnistetuksi tulemisen seurauksena haastateltava voisi saada naistenryhmän toisilta osapuolilta kritiikkiä esimerkiksi hengellisyyteen tai ryhmän kehittämisideoihin liittyen. Tämän seurauksena haastateltava voisi jättäytyä ryhmästä pois, mikä puolestaan voisi johtaa esimerkiksi alkoholin käytön lisääntymiseen, yksinäisyyteen ja syrjäytymiseen. Tilanne vaikuttaisi myös merkittävästi henkilön omanarvontuntoon.

Tutkimusetiikka liittyy myös eri teorialähteistä lainaamiseen. Tässä opinnäytetyössä olen käyttänyt lähteinä sekä kirjallisuutta, että aihe-alueeseen liittyviä tutkimustuloksia. Hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti olen selkeästi tuonut esiin, kenen julkaisusta on kysymys, esitellyt saavutetut tulokset ja havainnot laajasti tutkimuksen tekijää kunnioittaen sekä merkinnyt lähdeviitteen johdonmukaisesti, annettujen ohjeiden mukaisesti.

8 POHDINTA

Seuraavaksi pohdin opinnäytetyöni tuloksia sekä prosessin onnistumista kokonaisuudessaan. Olen jakanut luvun alaluvuiksi selkiyttääkseni eron tulosten vertailun ja oman arviointini välillä. Vertaan saamiani tuloksia luvussa 2.3 esittämiini tutkimuksiin. Prosessin onnistumisen arvioinnissa pohdin tekemiäni valintoja ja niiden vaikutuksia opinnäytetyöni onnistumiseen. Lisäksi kuvaan omaa ammatillista kasvuani sekä sen merkitystä tulevassa työssäni.

8.1 Tulosten vertailua aiempiin tutkimuksiin

Luvussa 2.3 esittelemäni aiemmat tutkimukset ja niiden tärkeimmät tulokset kuvaavat päihteitä käyttävien naisten kokemuksia vertaistuesta, hengellisyyden vaikutuksesta sekä ajatuksia omasta päihteiden käytöstä. Tulokset kertovat hyvin pitkälti samaa tarinaa, jota itse sain selville omassa haastattelussani.

Kaiken kaikkiaan päihteidenkäyttö on naisille hyvin häpeällistä. Siika (2011, 44) kuvasi naisten henkistä tuskaa ja tarkoituksettomuuden tunnetta, joka johti lopulta itsetuhoisiin ajatuksiin. Samankaltaisista ajatuksista kertoivat myös haastattelemani naiset. He kuvasivat kadottaneensa merkityksen elämästään perheen, sukulaisen ja ystävien hylätessä heidät. Epätoivon keskeltä he kuitenkin olivat löytäneet toivon ja jaksoivat jatkaa taistelua alkoholinkäyttöä vastaan.

Haastattelemani naiset eivät eritelleet itse juomistilanteen aiheuttamaa häpeää. Arja Siika (2011) kuvasi tutkimuksessaan, kuinka naiset pyrkivät kaikin keinoin peittelemään juomien ostamista ja käyttöä sekä käytön jälkeistä krapulaa. Kyseisessä tutkimuksessa naiset myös selittivät juomistaan eritavoin, aina pakkojuomisesta hurmukseen. (Siika 2011, 45–49.) Naistenryhmän naiset eivät puolustelleet tai keksineet juomiselleen tekosyitä, vaan keskittyivät enemmänkin

siihen, kuinka tilanteesta päästään eteenpäin. Osa haastateltavista kuitenkin myönsi käyttävänsä alkoholia edelleen lähes päivittäin.

Palojärvi (2009) tuki riippuvuutta sairastavien naisten kokemuksia vertaistuesta. Hänen saamansa tulokset vertaistuen vaikuttavuudesta olivat hyvin samankaltaiset, kuin tässä opinnäytetyössä. Vertaistuki lisäsi naisten elämänhallintaa ja omanarvontuntoa, he tunnistivat omia voimavarojaan ja tunsivat itsensä hyväksytyksi omana itsenään. Vertaistuen myötä naiset tunsivat voimaantuneensa. (Palojärvi 2009, 61, 69.)

Sininauhaliiton Tukea KaikkiNaiselle hankkeessa toteutetut naisten ryhmät sisälsivät hengellisiä elementtejä. Myös heidän tulostensa mukaan hengellisyys herätti kaksijakoisia tunteita, aivan kuten myös haastattelemani naiset kertoivat. Osalle hengellisyydellä ja rukouksella oli suuri merkitys ja se antoi voimaa toipumiseen, kun taas joitakin aiheesta keskusteleminen ahdisti. (Hiltunen & Kujala 2009, 44–49.) Haastattelemistani naisista kukaan ei kertonut hengellisyyden varsinaisesti ahdistavan heitä, vaan he olivat valmiita hyväksymään sen, että ryhmässä on hengellisiä elementtejä. He olivat kaikki tietoisia ryhmän toisen järjestäjäosapuolen olevan seurakunta ja hengellisyyden ilmeneminen oli heille lähinnä yhäntekevää.

Sininauhaliitto on tutkinut seurakuntien erilaisia päihdetyön menetelmiä Jalkautuva-hankkeen nojalla. Tämän myötä kävi ilmi muun muassa, että seurakunta ja A-Kilta toimivat yhdessä myös muualla Suomessa. Vantaalla toimivassa, päihteitä käyttäville naisille suunnatussa vertaistukiryhmässä on huomattu selvä ero naistenryhmän ja sekaryhmän välillä. Päihteitä käyttävälle naiselle on erityisen tärkeää päästä jakamaan sukupuolisidonnaisia kokemuksiaan toisten naisten kanssa. Tämä mahdollistaa naisten toipumisprosessin käynnistämisen ja tukee sekaryhmää paremmin omanarvontunnon löytämisessä ja naiseksi kasvamisessa. (Vantaan seurakunnat i.a.; Laapio 2010, 10.)

Naiserityistä päihdetyötä tutkineen Karttusen (2013) mukaan ryhmämuodolla on naisten päihdetoipumisessa suuri merkitys. Hänen mukaansa sekaryhmissä

naiset ovat miehiin nähden heikommassa asemassa ja hyötyvät niistä vähemmän kuin miehet. Naisten huomio keskittyy helposti miehen kanssa suhteen luomiseen ja hänen auttamiseensa, jolloin oma toipuminen jää toissijaiseksi. (Karttunen 2013, 226.) Myös osa haastattelemistani naisista oli käynyt aikaisemmin sekaryhmissä. He kuvasivat ryhmissä esiintyviä lieveilmiöitä, joista mainitsivat esimerkkinä miesten kutsuvan naisia ryhmän jälkeen kotiinsa, epämääräisin tarkoituksin. Naiset pitivät ainoataan naisille suunnattua ryhmää ehdottomasti parempana vaihtoehtona, vaikka pari heistä kertoi pärjänneensä myös sekaryhmissä.

Utriainen ja Harjula (2012) kuvaavat opinnäytetyössään, kuinka nainen ei välttämättä ole toiselle naiselle paras tukija. Heidän tulostensa mukaan naisille suunnatussa vertaistukiryhmässä esiintyi jopa kilpailua ja luottamuksen puutetta. Samalla naiset kuitenkin kokivat eheytyneensä ryhmässä ja kertoivat vertaistuen tuoneen elämään jatkuvuutta. (Harjula & Utriainen 2012, 41–42.) Haastattellessani naisia he eivät missään vaiheessa sivunneet naisten keskinäisen vuorovaikutuksen ongelmia, vaan kuvasivat aitoa tukea, hyväksyntää ja luottamusta, joka ryhmässä vallitsee. Voi toki olla, että naiset olivat haastattelutilanteessa niin sanotusti ”vieraskoreita” ja silottelivat todellista kuvaa. Toisaalta uskon ja luotan siihen, etteivät naiset olisi voineet peitellä todellista tilannetta keskustelun tiimellyksessä, mikäli jotakin olisi vialla.

Tämän opinnäytetyön yhtenä tutkimuskysymyksenä oli selvittää, onko naistenryhmän toiminnassa ryhmäläisten mielestä jotakin kehitettävää. Hartikka (2013) kuvaa opinnäytetyössään sitä, kuinka vertaistukiryhmässä tapahtuvan vuorovaikutuksen ei tarvitse olla suurta ollakseen merkityksellistä. Hänen haastattelemansa henkilöt eivät kaivanneet välttämättä järjestettyjä tapahtumia tai ryhmiä, vaan kertoivat saavansa runsaasti vertaistukea myös epävirallisissa yhteyksissä. (Hartikka 2013, 38.) Tätä opinnäytetyötä varten haastatelluilla naisilla oli paljon ideoita ja toiveita ryhmän kehittämiseksi. Näistä toiveista valtaosa viittasi juuri naiseutta tukevaan, naisten tarpeista lähtevään toimintaan. Naiset kaipasivat toiminnan kehittämisen ohella enemmän keskustelua alkoholinkäyttöön liittyen, mutta toivoivat myös silloin tällöin vapaata keskustelua ryhmässä, kuten tähänkin saakka.

8.2 Opinnäytetyöprosessin arviointi

Opinnäytetyöni toteutui suunnitelmien aikataulutuksen mukaisesti. Yhteys naistenryhmän ja sen ohjaajien kanssa säilyi koko prosessin ajan aina suunnitteluvaiheesta alkaen. Yhteydenpito tapahtui henkilökohtaisissa tapaamisissa, sähköpostin välityksellä sekä ryhmässä vieraillemalla. Aiheen rajaamista ja teoreettisen viitekehyksen muotoutumista selkeytti huomattavasti, kun kohderyhmäksi valikoitui ainoastaan naisille suunnattu ryhmä.

Ryhmässä vieraillessani tein itseäni ja opinnäytetyötäni tutuksi naisille kynnyksen madaltamiseksi. Ryhmänohjaajat tukivat minua ja kannustivat naisia osallistumaan opinnäytetyöhön. Myös saatekirjeiden jakamisella sekä haastattelun ajankohdan ilmoittamisella hyvissä ajoin oli luultavasti suuri merkitys.

Pohdimme ennen haastattelun toteuttamista ryhmän ohjaajien kanssa, kuinka haasteellista haastateltavien saaminen mukaan voi olla. Haasteen muodosti muun muassa avoin ryhmämuoto, sillä samat henkilöt eivät välttämättä ole jokaisella kokoontumiskerralla paikalla. Myös aiheen arkaluontoisuus ja henkilökohtaisuus asettivat omat haasteensa haastateltavien motivointiin.

Tavoitteenani oli saada haastatteluun viidestä kymmeneen osallistujaa. Haastatteluun osallistui viisi naistenryhmän jäsentä, mikä on mielestäni hyvä määrä. Haastateltavia ei millään tavalla valikoitu, vaan osallistuminen oli täysin kiinni naisten kiinnostuksesta ja halukkuudesta osallistua. Ilokseni sain huomata haastateltavien monipuolisuuden; osa naisista oli käynyt ryhmässä jo vuosia, osa oli aloittanut vastikään, osalle hengellisyydellä oli suuri merkitys toipumiseen, kun taas parille sillä ei ollut merkitystä. Naiset olivat myös kertomansa perusteella hyvin erivaiheissa toipumistaan ja sitoutuminen ryhmässä käymiseen vaihteli. Haastateltavien monipuolisuuden ansiosta sain kaikkiin haastattelukysymyksiini kattavasti monenlaisia vastauksia. Näin ollen pystyin analysoimaan ja pohtimaan opinnäytetyöni aihepiirejä laajasti, haastateltavien määrään nähden.

Opinnäytetyön suunnitelmavaiheessa pohdin sitä, tulisiko haastattelut toteuttaa yksilö- vai ryhmähaastatteluna. Mietin myös, olisiko haastattelukertoja syytä järjestää useampi, jotta teemoja pystyisi syventämään. Olen tyytyväinen valintaani ryhmähaastattelun menetelmästä, sillä se toimi tässä ryhmässä hyvin. Naiset saivat tukea ja kannustusta toisiltaan, jolloin itse haastattelutilanteestakin muodostui vertaistukisävytteinen keskustelu. Haastattelun jälkeen saamani palautteen perusteella naiset pitivät aiheitani tärkeänä ja tarpeellisena sekä olivat tyytyväisiä siihen, että heistä oli apua.

Haastatteluaineiston litterointia helpotti sen käsitteleminen tuoreeltaan, kahden seuraavan päivän aikana haastattelusta. Tämän ansiosta pystyin kirjaamaan ylös myös haastattelutilanteen tunnelmia, tunteen purkauksia ja haastateltavien eleitä. Analyysin edetessä vaihe vaiheelta, oli suhteellisen helppoa löytää eri aihe-alueille yhteiset nimittäjät, eli luokat. Varasin jo suunnitteluvaiheessa analysoinnille runsaasti aikaa, jolloin minun oli mahdollista jättää aineiston käsittely hetkeksi sivuun ja antaa ajatusten muotoutua.

Lähteitä opinnäytetyöni aiheesta löytyi runsaasti sekä sähköisessä että painetussa muodossa. Osa mielenkiintoisista lähteistä oli kuitenkin jo niin vanhoja, ettei niitä ollut enää relevanttia käyttää. Myös aihepiiriä koskevia tutkimuksia ja hankkeita löytyi muutamia. Naisten päihteiden käyttöä ja naisille suunnattuja päihdepalveluita ja vertaistukiryhmiä on tutkittu myös laadullisen tutkimuksen menetelmin, joten omien tulosten vertaaminen näihin onnistui hyvin.

Oma ammatillinen kasvuni prosessin aikana on ollut merkittävää. Minulla ei ollut aikaisempaa kokemusta haastattelututkimuksen tekemisestä, joten uusi kokemus on ollut kaikin puolin opettavainen. Opinnäytetyön tekeminen ja vastaan tulleiden haasteiden kohtaaminen yksin on ollut kasvattavaa sekä itsetunnon että ammatti-identiteetin kannalta. Opin paljon naisten päihteiden käytöstä, vertaistuen merkityksestä sekä nais erityisestä päihdetyöstä. Sain myös laajemman käsityksen kirkon tekemästä päihdetyöstä ja sen

moninaisuudesta. Aihepiiri kiinnostaa minua myös tulevassa työssäni ja uskon, myös tätä ajatellen, tämän opinnäytetyön tekemisestä olevan paljon hyötyä.

Uskon opinnäytetyöstäni olevan hyötyä paitsi yhteistyökumppaneille myös sosiaali- ja kirkonalan työn kehittämisessä. Opinnäytetyöni tulosten sekä esittelemieni aiempien tutkimusten perusteella on selkeästi huomattavissa ryhmämuotoisen vertaistuen vaikuttavuus ja merkityksellisyys. Tämän tiedon valossa sosiaalialan päihdetyötä voitaisiin kehittää enemmän ryhmämuotoisen tukemisen suuntaisesti. Lisäksi julkisen sektorin ja kolmannen sektorin toimijoiden tulisi lisätä yhteistyötä eri muodoissa. Kolmannen sektorin toimijoilla olisi varmasti hyvin paljon annettavaa päihdetyön kehittämiseen yhdessä suurempien organisaatioiden kanssa.

Myös kirkon päihdetyötä voitaisiin kehittää yksilö- ja ryhmätyöskentelynä edelleen esimerkiksi nais erityisen päihdetyön teemojen ja menetelmien mukaisesti. Lisäksi kirkon tulisi valjastaa seurakuntayhteisöstä tiivis verkosto päihdekuntoutuksen tueksi. Tähän voisi kuulua esimerkiksi vapaaehtoisten seurakuntalaisen tekemää etsivää työtä, tukihenkilö- ja ystävätoimintaa, ruoka-, vaate- ja tavaralahjoituksia sekä arjen toiminnoissa tukemista. Näitä toimintamuotoja kehittämällä päihdeitä käyttävän henkilön mahdollisuudet liittyä osaksi yhteisöä voisivat parantua.

9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA JATKOTUTKIMUSHAASTEET

Saamieni tulosten perusteella esitän johtopäätöksiksi seuraavaa:

1. Vertaistuellalla on suuri merkitys naisten alkoholinkäytöstä toipumiseen ja elämänhallinnan parantumiseen.
2. Naistenryhmän toiminnassa on kehitettävää ryhmäläisten toiveiden perusteella.
3. Hengellisyydellä ja ryhmämuodolla on osalle naisista paljon merkitystä, toisille sillä ei ole merkitystä lainkaan.

Tulosten perusteella voidaan katsoa vertaistuen vaikuttaneen merkittävästi naisten alkoholinkäytöstä toipumiseen sekä elämänhallinnan kohentumiseen. Haastateltavat kokivat voimaantuneensa vertaistuen kautta ja kertoivat sen auttaneen jaksamaan. Merkittävimmät kokemukset vertaistuesta syntyivät toisilta saadun hyväksynnän kautta sekä silloin, kun naiset huomasivat, etteivät ole ongelmansa kanssa yksin.

Naistenryhmän toiminnassa on selvästi myös kehitettävää. Ulkoiset puitteet ovat kunnossa; ryhmä on maksuton ja kokoontumispaikkaan on helppo tulla. Haastateltavat kertoivat kuitenkin vastikään muuttuneen kokoontumispaikan hajottaneen ryhmää. Haastateltavat kuvasivat, kuinka ryhmä ei vastannut ennakko-odotuksia, eikä alkoholinkäyttö ole ryhmässä juuri lainkaan esillä. Tästä naiset toivoisivat enemmän keskustelua ja kuulumisten vaihtamista. Naisten toiveet hyvää oloa ja naiseutta tukevasta toiminnasta ja kokoontumiskertojen teemallisuudesta kiteytyivät kehittämisideoissa. Osa haastateltavista toivoi myös lisää hengellisyyttä.

Haastateltavien kokemukset ja mielipiteet jakautuivat hengellisyyden ja ryhmämuodon merkityksen suhteen. Tämän vuoksi aiheesta ei voida muodostaa yhteneväistä johtopäätöstä. Osalle haastateltavista hengellisyys oli suuri voimia antava asia, joka auttoi alkoholin käytöstä toipumiseen merkittävästi. Osalle sillä ei ollut henkilökohtaisesti mitään merkitystä tai

vaikutusta toipumiseen. Osa puolestaan käy tässä ryhmässä nimenomaan siksi, että se on suunnattu ainoastaan naisille, kun taas toisille ryhmämuodolla ei ollut merkitystä.

Opinnäytetyöni pohjalta on mahdollista havaita selkeä jatkotutkimuksen tarve. Haastateltavien kehittämistoiveiden pohjalta olisi hyödyllistä perehtyä laajemmin nais erityyppiseen päihdetyöhön, sen aihepiireihin ja toteuttamistapoihin. Tätä kautta naistenryhmän sisältöön saataisiin naisten toiveita vastaavaa ja heidän tarpeitaan paremmin tukevaa sisältöä. Jatkotutkimushaasteena esitän teemojen ja kokoontumiskertojen sisällön suunnittelua naistenryhmän toiminnan kehittämiseksi. Tuotos voisi olla esimerkiksi materiaalipaketti, josta ryhmän ohjaajat voisivat valmiita ohjelmia ja teemoja käyttää. Lisäksi olisi hyödyllistä tutkia ja selvittää, kuinka naistenryhmään heikommin sitoutuneiden jäsenten osallisuutta voitaisiin parantaa ja toimintaa kehittää tukemaan myös heidän tarpeitaan.

LÄHTEET

- Ahlström, Salme 2013. Alkoholinkäyttö eri väestöryhmissä. Teoksessa Teuvo Peltoniemi (toim.) Pääasiana alkoholi. Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040. Turku: Lundbeck, 69–73.
- Alasuutari, Pertti 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.
- Brady, Thomas M. & Ashley, Olivia Silber (eds.) 2005. Women in substance abuse treatment: Results from the Alcohol and Drug Services Study (ADSS). Substance Abuse and Mental Health Services Administration, Office of Applied Studies. September 2005. Viitattu 19.2.2015.
<http://casat.unr.edu/docs/BradyandAshley2005WomeninsubstanceabusetreatmentResultsfromtheAlcoholandDrugServicesStudy.pdf>
- Clarkeburn, Henriikka & Mustajoki, Arto 2007. Tutkijan arkipäivän etiikka. Tampere: Vastapaino.
- Diakoniatyöntekijä, päihde- ja kriminaalityö, Oulun seurakuntayhtymä 2014. Henkilökohtainen tiedonanto 28.10.
- Eskola, Jari 2007. 6-8? (Teema)haastattelututkimuksen toteuttamisesta. Teoksessa Leena Viinamäki & Erkki Saari (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi, 32–45.
- Greenfield, Shelly F. & Grella, Christine E. 2009. What is “Women-focused” treatment for substance use disorders? Psychiatric services vol. 60 no. 7. July 2009. 880-882. Viitattu 25.2.2015.
<http://ps.psychiatryonline.org/doi/pdf/10.1176/ps.2009.60.7.880>
- Greenfield, Shelly F., Cummings, Amanda M., Kuper, Laura E., Wigderson, Sara B., Koro-Ljungberg, Mirka 2013. A Qualitative analysis of women’s experiences in single-gender versus mixed-gender substance abuse group therapy. Substance Use & Misuse, 48:772–782, 2013. Viitattu 20.2.2015. Saatavissa <http://www.nelliportaali.fi>, EBSCO Academic Search Premier -aineisto.
- Hartikka, Jonna 2013. ”Se auttaa jaksamaan kun löytää toisen samanlaisen” Kokemuksia vertaistuesta ja vertaistuen merkityksistä. Laurea-

- ammattikorkeakoulu. Hyvinkään toimipaikka. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Harjula, Tiina & Utriainen, Raija 2012. Vertaistuen merkitys naisten päihdekuntoutuksessa. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Pieksämäen toimipaikka. Hoitotyön koulutusohjelma, diakonisen hoitotyön suuntautumisvaihtoehto. Opinnäytetyö.
- Hirsjärvi, Sirkka; Hurme, Helena 2008. Teemahaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus.
- Hiltunen, Tarja & Kujala, Virpi (toim.) 2009. Tukea KaikkiNaiselle -projekti 2005–2008 arviointi- ja loppuraportti. Helsinki: Sininauhaliitto ry. Viitattu 12.2.2015.
http://www.sininauhaliitto.fi/data/liitteet/tkn_loppuraportti_vk_th_090622_lopullinen.pdf
- Holmberg, Jan 2010. Päihderiippuvuudesta elämänhallintaan. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Jantunen, Eila 2010. Vertaistuki masentuneiden osallisuuden vahvistajana. Teoksessa Terhi Laine, Susanna Hyväri & Päivi Vuokila-Okkonen (toim.) 2010. Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 85–98.
- Kuusisto, Katja 2009. Päihderiippuvuudesta toipumisen eri reitit. Teoksessa Tammi Tuukka, Aalto Mauri & Koski-Jännes Anja (toim.). Irti päihdeongelmista. Tutkimuksia hoidon ja ehkäisyn menetelmistä. Helsinki: Edita, 32–48.
- Kujasalo, Anne & Nykänen, Hannele 2005. Viinin viemää - Nainen alkoholin ansassa. Helsinki: Kirjapaja Oy ja Myllyhoitoyhdistys ry.
- Kirkkohallitus 2005. Kirkon päihdestrategia. Hyväksytty Kirkkohallituksen täysistunnossa 17.8.2005. Viitattu 11.2.2015.
[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/D369F10AF9D44A9FC22577A500368BD5/\\$FILE/kirkonpaihdestrategia.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/D369F10AF9D44A9FC22577A500368BD5/$FILE/kirkonpaihdestrategia.pdf)
- Karinniemi, Olli 2010. Nais erityinen päihdetyö on lähestymistapa. Sininauhaliitto ry 28.10.2010. Viitattu 12.2.2015.
http://www.sininauhaliitto.fi/verkkolehti/uutiset/lue_lisaa_uutisia/uutiset_2010/nais erityinen_paihde tyo_on_lahestymistapa/

- Karttunen, Teija 2013. Nais erityyisen työtteen elementeistä päihdehoidossa. Teoksessa Elina Virokannas & Sanna Väyrynen (toim.) Varjoja naiseudessa. EU: UNIPress, 220–246.
- Kuula, Arja 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.
- Kotovirta, Elina & Österberg, Esa 2013. Alkoholin sosiaaliset haitat ja syrjäytyminen. Teoksessa Teuvo Peltoniemi (toim.) Pääasiana alkoholi. Käyttö, haitat, hoito, politiikka nyt ja 2040. Turku: Lundbeck, 84–87.
- Laapio, Marja-Liisa 2010. Kirkon päihdestrategian jalkautuminen. Päihdetyön hyvät käytännöt. Sininauhaliitto ry 25.3.2010. Viitattu 11.2.2015. [http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/E7DCF114EF37ADEAC225773E002FA0EE/\\$FILE/Kirkon%20p%E4ihdety%F6n%20hyvi%E4%20k%E4yt%E4nt%F6j%E4.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/E7DCF114EF37ADEAC225773E002FA0EE/$FILE/Kirkon%20p%E4ihdety%F6n%20hyvi%E4%20k%E4yt%E4nt%F6j%E4.pdf)
- Lydén, Hilikka (toim.) 2010. Naisten kanssa tehtävä päihdetyö. Naisten virta. Viitattu 13.2.2015. http://www.paihdelinkki.fi/sites/default/files/attachment/naistenvirta_oas_web.pdf
- Maunu Antti & Simonen Jenni 2008. Miksi Juodaan? Nuoret, humala ja sosiaalisuus. Teoksessa Pia Mäkelä, Heli Mustonen & Christoffer Tigerstedt (toim.) Suomi juo, Suomalaisten alkoholinkäyttö ja sen muutokset 1968–2008. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 85–98.
- Mustonen, Heli; Metso, Leena & Mäkelä, Pia 2008. Milloin suomalaiset juovat? Teoksessa Pia Mäkelä, Heli Mustonen & Christoffer Tigerstedt (toim.) Suomi juo, Suomalaisten alkoholinkäyttö ja sen muutokset 1968–2008. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2008. 55–69.
- Mustonen, Heli & Österberg, Esa 2008. Missä juodaan? Alkoholinkäyttö koti- ja anniskelu ympäristöissä. Teoksessa Pia Mäkelä, Heli Mustonen & Christoffer Tigerstedt (toim.) Suomi juo, Suomalaisten alkoholinkäyttö ja sen muutokset 1968–2008. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2008. 70–84.
- Mäkelä, Pia; Mustonen Heli & Huhtanen Petri, 2008. Miten Suomi juo? Alkoholinkäyttötapojen muutokset vuosina 1968–2008. Teoksessa Pia Mäkelä, Heli Mustonen & Christoffer Tigerstedt (toim.) Suomi

- juo, Suomalaisten alkoholinkäyttö ja sen muutokset 1968–2008. Terveystieteiden tutkimuskeskus 2008. 39–54.
- Mäkinen, Olli 2006. Tutkimusetiikan ABC. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Oulun A-Kilta ry 2011. A-Killan toiminnan arvot. Viitattu 10.4.2014.
http://www.oulu-a-kilta.net/index.php?option=com_content&view=article&id=49&Itemid=68
- Oulun evankelis-luterilaiset seurakunnat i.a.a. Diakonian erityistehtävät. Viitattu 10.4.2014.
http://www.oulu-seurakunnat.fi/oulu-seurakuntayhtyma/seurakunnallinen_toiminta/diakonian_erytistehtavat
- Oulun evankelis-luterilaiset seurakunnat i.a.b. Päihdetyö. Viitattu 10.4.2014.
<http://www.oulu-seurakunnat.fi/paihdetyo>
- Palojärvi, Helena 2009. Vertaistuki voimaantumisen välineenä sosiaalityössä. Miten NOVAT-ryhmä auttaa ja tukee, kun naisella on paha olo? Helsingin yliopisto. Yhteiskuntapolitiikan laitos. Sosiaalityön ammatillinen 1 lisensiaatintutkimus. Viitattu 17.2.2015.
<http://www.sosnet.fi/loader.aspx?id=2e2fa159-6aa2-43a1-94bc-a83464eac4ea>
- Siika, Arja 2011. Naisten kokemuksia alkoholiongelmistaan. Jyväskylän yliopisto. Pro Gradu-tutkielma. Viitattu 13.2.2015.
https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/26868/URN_NBN_fi_jyu-2011050310726.pdf?sequence=4
- Sulkko, Seppo; Laapio Marja-Liisa & Sainio Eila 2010. Jalkautuva-hanke 2008–2010 Loppuraportti. Kirkkohallitus, Kirkkopalvelut ry Tyynelä, Diakonia-ammattikorkea koulu ja Sininauhaliitto ry. Viitattu 11.2.2015.
[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/E7DCF114EF37ADEAC225773E002FA0EE/\\$FILE/Jalkautuva%20hankkeen%20loppuraportti%202010.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/E7DCF114EF37ADEAC225773E002FA0EE/$FILE/Jalkautuva%20hankkeen%20loppuraportti%202010.pdf)
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Toiminnanohjaaja A-killat 2014. Henkilökohtainen tiedonanto 29.10.

Valtonen, Anu 2005. Ryhmäkeskustelut – millainen metodi? Teoksessa Ruusuvuori Johanna & Tiittula Liisa (toim.). Haastattelu tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 223–241.

Vantaan seurakunnat i.a. Päihdetyö. Viitattu 11.2.2014.
<http://www.vantaanseurakunnat.fi/fi/tukea-elamaan/paihdetyo>

LIITTEET

LIITE 1 Kirje ryhmäläisille

Hei!

Olen Mari Lauronen, sosionomi-diakoni opiskelija Oulun Diakonia-ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyönä laadullisen tutkimuksen diakonisten erityispalveluiden ja A-killan yhteisestä naisten vertaistukiryhmästä. Opinnäytetyön tavoitteena on kuvata vertaistukiryhmässä käyvien naisten kokemuksista sekä tarkastella, onko ryhmän toiminnassa jotain kehitettävää ja uudistustarpeita. Saatua tietoa voidaan jatkossa hyödyntää ryhmän toiminnassa ja sen kehittämisessä.

Opinnäytetyötä varten tarvitsen teidän ryhmäläisten mielipiteitä, kokemuksia ja kehitys-ideoita naisten ryhmään liittyen. Juuri sinun ajatuksesi on kallisarvoinen! Haastattelut toteutetaan ensi syksynä, alustavan aikataulun mukaan syys-, lokakuussa 2014. Haastattelen teitä ryhmänä ja kysymysten teemoina ovat vertaistuki, ryhmässä käymisen ja vertaistuen vaikutus päihdeongelmaan sekä toiveet ja kehitys-ideat ryhmän toiminnalle. Haastattelu nauhoitetaan ja se kestää noin tunnin.

Jokainen haastateltava esiintyy nauhoituksessa ja valmiissa opinnäytetyössä nimettömänä. Haastateltavan henkilöllisyys ei tule ilmi missään vaiheessa, eivätkä henkilöt ole vastaustensa perusteella tunnistettavissa opinnäytetyöstä. Haastatteluaineistoa käsitellään luottamuksellisesti ja ainoastaan opinnäytetyössäni. Tämän jälkeen haastatteluaineisto hävitetään. Opinnäytetyön valmistuttua se tallennetaan Internetin Theseus-opinnäytetyötietokantaan, mistä työ on vapaasti luettavissa. Opinnäytetyö tullaan mahdollisuuksien mukaan esittelemään ryhmäläisille sen valmistuttua.

Yhteistyöterveisin

Mari Lauronen, sosionomi-diakoni opiskelija

LIITE 2 Suostumus tutkimushaastatteluun osallistumisesta

Suostumus tutkimushaastatteluun osallistumisesta

Opinnäytetyö, jota varten tutkimus tehdään: Päihteidenkäyttäjä naisten kokemuksia seurakunnan ja A-killan yhteisestä naistenvertaistukiryhmästä (alustava nimi)

Opinnäytetyön tekijä: Mari Lauronen, sosionomi (AMK) -diakoni opiskelija
Oppilaitos: Diakonia-ammattikorkeakoulu, Oulu

Minulle on selvitetty tämän opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet sekä käytettävät tutkimusmenetelmät. Olen tietoinen, että haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista, eikä siitä koidu minulle kustannuksia.

Suostun siihen, että minua haastatellaan ja haastattelu nauhoitetaan sekä siihen, että antamani tietoja saa käyttää kyseisessä opinnäytetyössä. Olen tietoinen siitä, että henkilöllisyyteni jää ainoastaan haastattelijan tietoon ja haastatteluaineisto hävitetään opinnäytetyön valmistuttua. Minulle on myös kerrottu, etteivät antamani tiedot vaikuta naistenryhmään osallistumiseeni jatkossa.

Paikka ja päiväys: _____

Haastateltavan allekirjoitus ja nimenselvennys: _____

LIITE 3 Teemahaastattelurunko

Teemahaastattelurunko

Taustatiedot

- Kuinka pitkään olet ollut mukana naisten ryhmässä?
- Kuinka säännöllisesti käyt ryhmässä?
- Päihdetaustasi vapaasti omin sanoin?

Vertaistuki

- Miten käsität ja määrität termin vertaistuki?
- Kuinka löysit mukaan tähän naisten ryhmään? Mikä sai sinut tulemaan mukaan? Oliko mukaan tuleminen vaikeaa?
- Muu saamasi vertaistuki? Muut vertaistukiryhmät (ja niiden järjestäjä tahot), joissa olet käynyt tai käyt tällä hetkellä?
- Onko vertaistuen saaminen tärkeää omassa elämässäsi? Miksi? Mikä motivoi sinua osallistumaan ryhmään?

Vertaistuen ja hengellisyyden vaikutus päihdeongelmaan


- Kuvaile tämän vertaistukiryhmän merkitystä ja vaikutusta suhteessa omaan päihdeongelmaasi (haittaa tai hyötyä)?
- Mitkä asiat ovat helppoja ja mitkä taas vaikeita jakaa ryhmäläisten kanssa (tasavertaisuus)?
- Onko mielestäsi hyvä, että tämä ryhmä on kohdennettu naisille (verrattuna miesten ja naisten sekaryhmään)? Perustele?
- Millainen vaikutus/merkitys järjestäjätahoilla (seurakuntayhtymän diakoniset erityispalvelut ja A-kilta) ryhmässä käymiseesi on (ennestään tutuja, hyväksi havaittuja, tuntemattomia, onko merkitystä)?
- Näkökö hengellisyys mielestäsi tämän ryhmän toiminnassa?
- Millainen rooli hengellisyydellä on omaan toipumiseesi?

Toiveet ja kehitys-ideat ryhmän toiminnalle

- Etukäteisodotukset ja toiveet, niiden toteutuminen?
- Onko ryhmän kokoontumisajankohta ja -tiheys toimiva?
- Mitkä asiat ryhmän toiminnassa ovat toimivia ja tukevat sinua ryhmäläisenä, mitkä taas eivät? Perustele?
- Mitä tahtoisit lisää; toimintaa tai keskustelua, millaista tai mistä aiheista?

LIITE 4 Analyysirungot, Alaluokat, Yläluokat ja Pääluokat

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Alkoholinkäyttö haittaa sosiaalisia suhteita	Yksinäisyys	Alkoholinkäytön lopettaminen vaikeaa yksin
Ainoa ystävä kotona on viinapullo, päivissä ei muuta sisältöä tai tekemistä		
Päihdeongelman aikaansaamat tunteet: Masentuneisuus Itsetuhoiset ajatukset	Riippuvuutta ylläpitävät asiat	
Toimintamallit ja käytös muuttuvat alkoholia ottaessa		
Ei halua raitistua täysin, Repsahtaminen, ”Viinanhimo”, käyttö päivittäistä		
Ongelman tunnistaminen ja myöntäminen	Muutoksen tielle lähteminen	Ryhmä tukee päihteettömyyttä ja normaalia arkea
Omakohmainen vertaistuen tarve		
Halu muutokseen		
Ryhmästä uusia ystäviä, harrastuksia ja retkiä	Ryhmässä käymisestä sisältöä elämään	
Tasavertaisuus ja voimaantuminen saman kokemuksen myötä	Kokonaisvaltainen voimaantuminen	
Yksinäisyyden lieventyminen		

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Ryhmäläiset odottivat enemmän keskustelua päihdeongelmasta		Etukäteisodotukset eivät vastanneet ryhmän sisältöä
Hengellisyys ei näy ryhmän toiminnassa		
Toiveena enemmän: keskustelua alkoholiongelmasta	Ryhmäläisten omakohtaiset toiveet kokoontumisten sisällöstä	Ryhmäläisillä toiveita ja kehittämisideoita
Toiveena naiseuteen liittyvää sisältöä ryhmään		
Toiveena kokoontumiskerroille enemmän teemoja ja suunniteltua ohjelmaa sekä tutustumiskäyntejä		
Ryhmään sitoutumista vahvistaa henkilökohtainen tarve vertaistukeen	Ryhmässä oleminen tuntuu hyvältä ja tarpeelliselta	Ryhmään löytäminen ja siihen osallistuminen mahdollistettu hyvin
Kokee tämän ryhmän omakseen		
Ryhmään liittyvät käytännön järjestelyt mahdollistavat ryhmään osallistumisen: Maksuttomuus, sopiva ajankohta	Ryhmään mukaan tulo helppoa ja käytännön järjestelyt hyviä	
Väylät ryhmään löytämiseen: Ryhmäläiset, A-Kilta, diakoniatyöntekijä		
Kokoontumispaikan vaihtuminen on hajottanut ryhmää	Ongelmat ryhmään osallistumisessa	Ryhmään sitoutumista heikentävät ulkoiset ja henkilökohtaiset tekijät
Ryhmään ei aina pääse oman päihdeongelman vuoksi		

Alaluokka	Yläluokka	Pääluokka
Hengellisyys tuo toivoa ja uskoa elämän tarkoitukseen	Hengellisyydellä vahva merkitys toipumisprosessissa	Seurakunnalla, hengellisyydellä ja ryhmämuodolla suuri merkitys toipumisessa ja ryhmään osallistumisessa
Seurakunnan merkitys järjestäjätahona suuri, luo turvallisuuden tunnetta	Seurakunnalla merkittävä rooli ryhmän järjestäjätahona	
Naistenryhmässä voi puhua avoimemmin ja vapaammin	Ryhmämuodolla vaikutusta osallistumiseen	
On käynyt molemmissa ja kokee naistenryhmän ehdottomasti paremmaksi		
Ei merkitystä onko sekaryhmä vai naistenryhmä	Hengellisyydellä tai ryhmämuodolla ei merkitystä	Hengellisyydellä tai ryhmämuodolla ei ole merkitystä osalle ryhmäläisistä
Hengellisyydellä ei merkitystä ryhmään osallistumiseen tai omaan toipumiseen		

LIITE 5 Analyysirunko Pääluokkien yhdistäminen Yhdistäviksi luokiksi

Pääluokka	Yhdistävä luokka
Alkoholinkäytön lopettaminen vaikeaa yksin	Vertaistuki toipumisen edistäjänä
Ryhmä tukee päihteettömyyttä ja normaalia arkea	
Etukäteisodotukset eivät vastanneet ryhmän sisältöä	Ryhmäläisten toiveet perustana toiminnan kehittämiseen
Ryhmäläisillä toiveita ja kehittämisideoita	
Ryhmään löytäminen ja siihen osallistuminen on mahdollistettu hyvin	
Ryhmään sitoutumista heikentävät ulkoiset ja henkilökohtaiset tekijät	Hengellisyyden merkitys naistenryhmässä
Seurakunnalla, hengellisyydellä ja ryhmämuodolla suuri merkitys mukana olemiseen	
Hengellisyydellä tai ryhmämuodolla ei ole merkitystä osalle ryhmäläisistä	